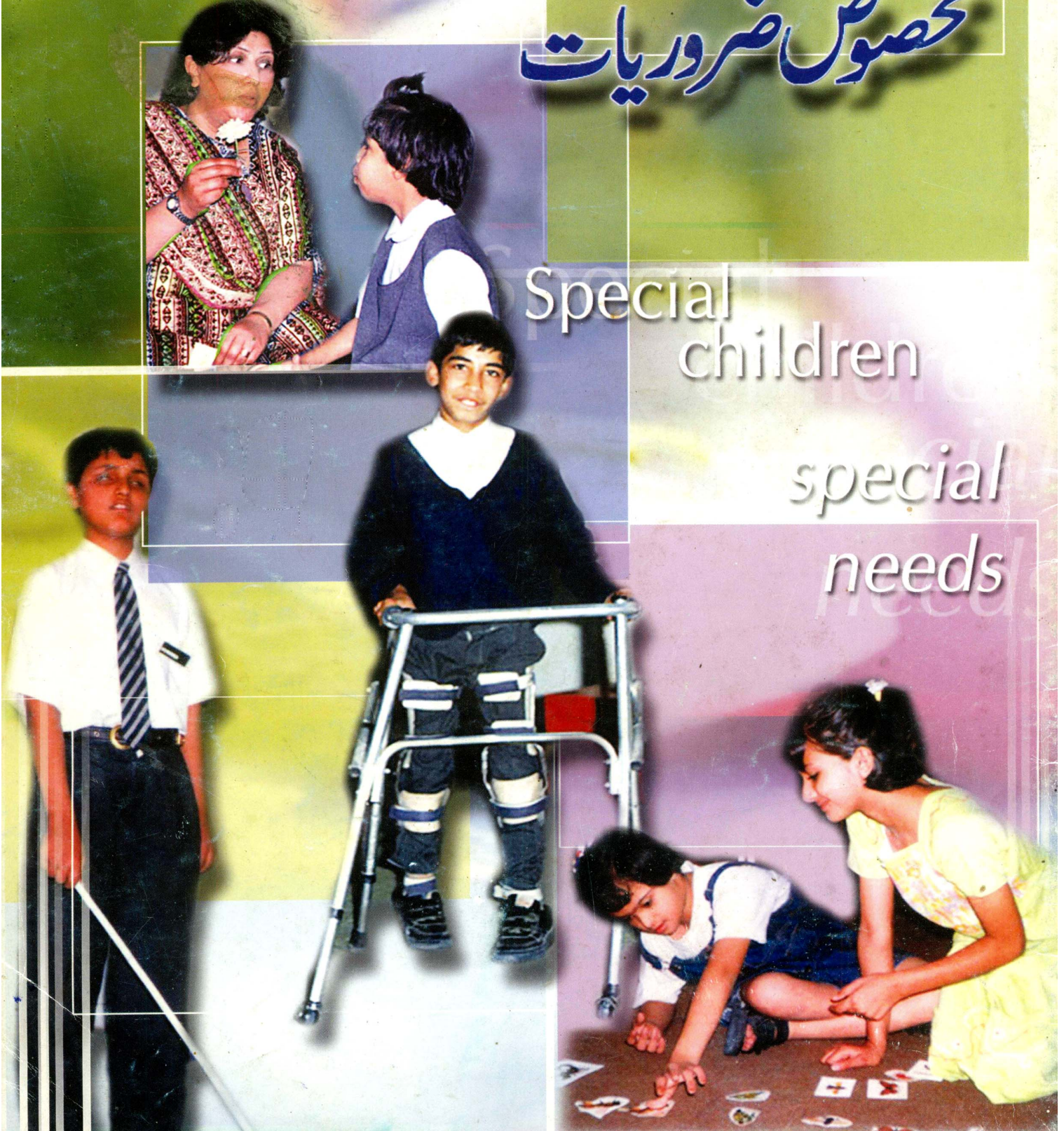
خصوصی بچے اور ان کی
مخصوص ضروریات
Special
children
special
needs

PRINTING COURTESY OF AFRICAN GROUP OF COUNTRIES

ALGERIA
EGYPT
KENYA
LIBYA
MORROCO
MAURITIUS
NIGERIA
SOMALIA
SUDAN
SOUTH AFRICA
TUNISIA

COLLABORATION THROUGH SPECIAL EDUCATION ACTION COMMITTEE

ISBN No. : 969-8697

1st Publication : 2002
Copies printed : 2000
Printer : MARKZWiK ,Rwp.

خصوصی بچے اور ان کی مخصوص ضروریات

تدوین و مرتب :

مس منور فاطمہ (ماہر خصوصی تعلیم)

نیشنل ٹرسٹ برائے معذور افراد

فہرست

نمبر شمار	عنوان	صفحہ
1.	پیش لفظ	3
2.	اظہار تشکر	4
3.	معذور افراد کی شخصیت کے سماجی اور جذباتی پہلو	5
4.	جسمانی معذوری	9
5.	ذہنی پسماندگی	19
6.	سماعت کے مسائل	33
7.	بصری خامیاں	41
9.	گفتار اور اسکے مسائل	50
10.	مزید معلومات	55

پیش لفظ

معذوری قدرت کے نظام اور اس کائنات کا ایک حصہ ہے۔ دنیا میں ترقی پذیر اور ترقی یافتہ ممالک میں یکساں طور پر آبادی کی ایک خاص شرح معذوری کی مختلف اقسام میں سے کسی ایک (یا کبھی کبھی ایک سے زیادہ) معذوری سے دوچار ہوتی ہے۔ اقوامِ متحدہ کے جمع کردہ اعداد و شمار کے مطابق یہ شرح آبادی کا 10 فیصد بنتی ہے۔ لیکن اس 10 فیصد میں معذوری کی 9 اقسام شامل کی گئی ہیں جس میں لمبی مدّت کے صحت کے پیچیدہ مسائل، حد سے گزری ہوئی جذباتی اور نفسیاتی الجھنیں اور مسائل Conduct Problems وغیرہ بھی شامل ہیں۔

زیرِ نظر کتابچہ معذوریوں؛ جسمانی، بصارتی، سماعتی، ذہنی پسماندگی اور گفتار کے مسائل کے متعلق بنیادی معلومات فراہم کرنے کی غرض سے ترتیب دیا گیا ہے۔ کوشش کی گئی ہے کہ اس کو پڑھنے کے بعد معذوریوں سے متعلق مندرجہ ذیل پہلو ذہن میں واضح ہو سکیں۔

الف) معذوری کی مختلف صورتیں اور اس کی نوعیت۔
ب) ان کے اسباب اور احتیاطی تدابیر۔
ج) بہتری اور ممکنہ حل کے لئے ضروری بنیادی اقدامات۔

یہ معلومات خصوصاً پرائمری اسکول کے اساتذہ اور معذوریوں سے متاثر بچوں کے والدین کے لئے انتہائی ضروری ہیں۔ معاشرے میں ہر خاص و عام کے لئے بھی ان بچوں کی خصوصی ضروریات کا ادراک ان کو کارآمد فرد بنانے میں نہایت اہم کردار ادا کر سکتا ہے۔

معمولی یا درمیانی معذوری سے متاثر بچے شروع میں نارمل اسکول ہی میں داخل کئے جاتے ہیں۔ کسی طرح کی خامی یا کمی بچے کی تعلیمی کارکردگی کو متوقع سطح پر آگے بڑھنے میں رکاوٹ بنتی ہے۔ مسلسل ناکامی کا تجربہ اکثر اس طرح کے بچوں میں منفی رویّوں اور طرزِ عمل کے مسائل پیدا کرتا جاتا ہے۔ معلومات نہ ہونے کی وجہ سے والدین، اساتذہ اور دوسرے خیر خواہ افراد مسائل کی وجوہات کی نشاندہی کے بغیر صرف بچے کا ہاتھ پکڑ کر اسے عام طریقوں سے متوقع سطح پر سیکھنے اور کارکردگی حاصل کرنے کے لئے زور لگاتے رہتے ہیں۔ نتیجتاً یہ بچے پہلی اور پانچویں جماعت کے درمیان اسکول چھوڑنے پر مجبور ہو جاتے ہیں۔

حسّی (سماعت اور بصارت)، ذہنی اور جسمانی صلاحیتوں کی اس حد تک کمی یا خامی جو عام طریقوں سے کسی کام کے سیکھنے اور کرنے کے عمل کو مشکل یا ناممکن بنا دے؛ معذوری سے تعبیر کی جاتی ہے۔ معذوری کی نوعیت کے لحاظ سے ان بچوں کی کچھ خصوصی ضروریات ہوتی ہیں اس لئے اب اکثر انھیں خصوصی بچے\افراد بھی کہا جاتا ہے۔ ہم میں سے ہر ایک، کسی نہ کسی دائرے میں کچھ خصوصی ضروریات رکھتا ہے۔ جیسے جب ہماری دور یا نزدیک کی نظر ایک حد سے زیادہ کمزور ہو جاتی ہے تو تشخیص کے بعد ایک خاص نمبر کی بنائی ہوئی عینک ہماری خصوصی ضرورت بن جاتی ہے۔ اس کے بغیر ہم پڑھنے سے معذور ہیں، لیکن اس کے ساتھ ہم عام صحت مند نظر رکھنے والوں کی طرح ہی پڑھ سکتے ہیں۔ اسی طرح اگر معذوری سے دوچار بچوں کی خصوصی ضروریات کے مطابق انھیں سہولیات اور رہنمائی فراہم کی جائے تو وہ بھی ایک بامعنی، بامقصد اور بارآور زندگی گزار سکتے ہیں۔ انگریزی کا ایک محاورہ ہے A problem correctly understood is half the problem solved یعنی مسئلے کی صحیح نشاندہی اور اس کو پورے طور پر سمجھ لینا، آدھا مسئلہ حل کر لینا ہے۔

امید کی جاتی ہے کہ اسکول میں اساتذہ، گھر پر والدین اور خصوصی بچوں کے اردگرد معاشرے میں موجود افراد؛ اس کتابچہ میں دی گئی بنیادی معلومات کی روشنی میں بروقت معذوری کی نوعیت کی نشاندہی کر کے معذوری کو مجبوری اور بے کاری میں تبدیل ہونے سے بچانے کے لئے فعال کردار ادا کر سکیں گے۔ اس رہنما کتابچہ کی تیاری میں محترمہ متور فاطمہ اور ان کے ساتھ قومی ادارہ برائے خصوصی تعلیم کے معذوری کے شعبوں کے انچارج نے جتنی کاوش کی ہے اس کو الفاظ میں بیان کرنا مشکل ہے۔ یہ ان کی شب و روز محنت کا نتیجہ ہے کہ یہ راہنما کتاب اپنے تکمیلی مراحل کو پہنچی۔ ہم ان کے نہایت مشکور ہیں۔

بریگیڈیر (ریٹائرڈ) عتیق الرحمن
(ایم۔ڈی)
نیشنل ٹرسٹ برائے معذور افراد

اظہار تشکر

کتابچہ کو ترتیب دینے کے لئے ضروری تھا کہ بنیادی مسودہ خصوصی مسائل یا معذوری سے متعلقہ ماہرین لکھیں۔ اس کے لئے قومی ادارہ برائے خصوصی تعلیم (NISE)، اسلام آباد سے رابطہ کیا گیا جہاں بصری، سماعتی، جسمانی معذوریوں اور ذہنی پسماندگی کے شعبے قائم ہیں اور ان کے انچارج ان مسائل سے متعلق ٹریننگ کورسز کا انعقاد کرتے رہتے ہیں۔

ادارے کی پرنسپل مسز طاہرہ ملک کی شکرگزار ہوں کہ انھوں نے اس سلسلے میں بھرپور تعاون کیا۔

مسز عقیلہ منظر، انچارج شعبہ ذہنی پسماندگی، مسز رابعہ عامر، شعبہ بصری خامیاں، مسز مسرت عابد، انچارج شعبہ سماعتی مسائل اور ڈاکٹر فیاض بھٹی، انچارج شعبہ جسمانی معذروی نے اپنے ساتھ دیگر اداروں کے ماہرین کو شامل کر کے اپنی اپنی مہارت کے شعبوں سے متعلق ابواب لکھے؛ جن کے نام کتاب کے پہلے صفحہ پر دیئے گئے ہیں۔ میں ان سب ماہرین کی اور خصوصاً NISE کے معذوری کے شعبوں کے سربراہوں کی مشکور ہوں کہ انھوں نے بہت محنت اور تندہی سے اس کام کو سرانجام دیا۔ شہباز خالد (سپیچ تھراپسٹ) نے گفتار کے مسائل پر بنیادی مسودہ لکھی۔ ان کی کاوش بھی قابلِ تحسین ہے۔

بصارت اور سماعت کے نظام سے متعلق خاکہ سرحد ٹیکسٹ بک بورڈ کی آٹھویں جماعت کی سائنس کی کتاب سے لیا گیا ہے۔ ذہنی پسماندگی اور جسمانی معذوری کے باب پر لگا ہوا خاکہ مسز نادرہ جاوید عالم کی پر خلوص کاوشوں کا نتیجہ ہے۔ انھوں نے اس کے ساتھ جتنی محنت کی اس کا شکریہ لفظوں میں ادا کرنا ممکن نہیں۔

جن لوگوں نے سکرپٹ کو پڑھ کر اس کو مزید مفید اور بہتر بنانے کے مشورے دیے، ان میں جناب طارق مصطفیٰ صاحب اور مسز سعدیہ محسن کی خصوصی طور پر شکر گزار ہوں۔

اظہار تشکر کا حق ادا نہیں ہو گا اگر فرحان سلیم کا شکریہ نہ ادا کیا جائے جو سکرپٹ میں بار بار کی گئی تبدیلیوں کو نہ صرف انتہائی صبر و تحمل، توجہ اور خلوص سے میرے ساتھ بیٹھ کر کمپیوٹر پر شامل کرتے رہے بلکہ لفظوں کے استعمال اور جملوں کی ساخت کے متعلق اپنے مشورے بھی دیئے۔

منور فاطمہ

(ماہر خصوصی تعلیم)

نیشنل ٹرسٹ برائے معذور افراد

معذور افراد کی شخصیت کے سماجی اور جذباتی پہلو

(منور فاطمہ)

انسان بنیادی طور پر آزاد طبع واقع ہوا ہے۔ اپنی مرضی کا مختار اور اپنی خواہش کا مالک۔ جہاں چاہے آئے جائے، جو چاہے کرے، جو چاہے سنے، جو چاہے دیکھے اور جو چاہے سمجھے۔ جسمانی معذوری، سماعت یا نظر کی محرومی یا ذہنی پسماندگی کی صورت میں اس خواہش کو شدید رکاوٹوں کا سامنا ہوتا ہے۔ اگر اس طرح کی رکاوٹوں اور مشکلات سے دوچار بچوں کے اردگرد کے اہمیت رکھنے والے لوگ ان کے مسئلے کو سمجھتے ہوئے، انھیں زندگی کے عام دھارے میں شامل رکھنے کے لئے معاونت نہ کریں تو ان کی سوچ اور طور طریقے منفی رنگ اختیار کر سکتے ہیں۔

گو کہ انسان سہل پسند واقع ہوا ہے، لیکن ساتھ ہی قدرت نے اسے بے پناہ قوت ارادی بھی دی ہے۔ جب اس کی ذہنی اور فکری صلاحیتیں پختگی کو پہنچ جائیں تو وہ اپنی قوت ارادی سے، رکاوٹوں کے باوجود، اپنے فکر و عمل کو یکجا اور مضبوط کر سکتا ہے۔ اوائل عمر میں چونکہ بچے کی ذہنی اور فکری صلاحیتیں پختہ نہیں ہوتیں، اور اس کی قوت ارادی بھی ابھی مستحکم نہیں ہوتی، اس لئے پیدائشی معذوری کا شکار بچہ بہت آسانی سے جذباتی ہیجان اور ذہنی الجھن کا شکار ہو سکتا ہے۔ اس کی شخصیت کے اس اہم پہلو کا اگر خیال نہ رکھا جائے تو اس کی دوسری صلاحیتیں اور شخصیت کی نشوونما بھی متاثر ہو گی۔ اس میں خود اعتمادی کی کمی، محرومی کا احساس، احساس کمتری، اس کے نارمل طور طریقوں اور معاشرے میں اپنی جگہ بنانے میں رکاوٹ بن جائیں گے۔ سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ کیا، کیا جائے کہ کسی بھی معذوری کا شکار بچہ اپنی چند کمیوں اور خامیوں کے باوجود اپنی صلاحیتیں بھرپور طریقے سے استعمال کر کے صحت مند شخصیت کا مالک بن سکے۔

1۔ ماں باپ اور دوسرے اہم بڑے لوگوں کی نظر کے آئینے میں بچہ اپنی شخصیت اور ذات کی قدر و قیمت کے ڈھانچے (Structure) کی پہلی اینٹ رکھتا ہے۔ پہلی اینٹ کی اہمیت بہت زیادہ ہے، کیونکہ اسی پر اوپر کی عمارت کا انحصار ہے۔ اگر ماں باپ اپنے کو خود شدید رنج، صدمہ اور احساس محرومی سے نکال کے جلد ہی خوشدلی سے مسئلہ کو قبول کرنے کے مرحلے پر نہیں لا سکیں گے تو یہ احساس محرومی لازمی طور پر بچے کی ذات کا حصہ بھی بن جائے گی۔ یقیناً والدین کے لئے بچے میں کسی قسم کی خامی یا معذوری کا انکشاف فطری طور پر ایک شدید صدمہ، پریشانی، الجھن، اکثر احساس جرم اور احتجاج (یہ میرے ساتھ کیوں ہوا؟) کی صورت میں ہوتا ہے۔

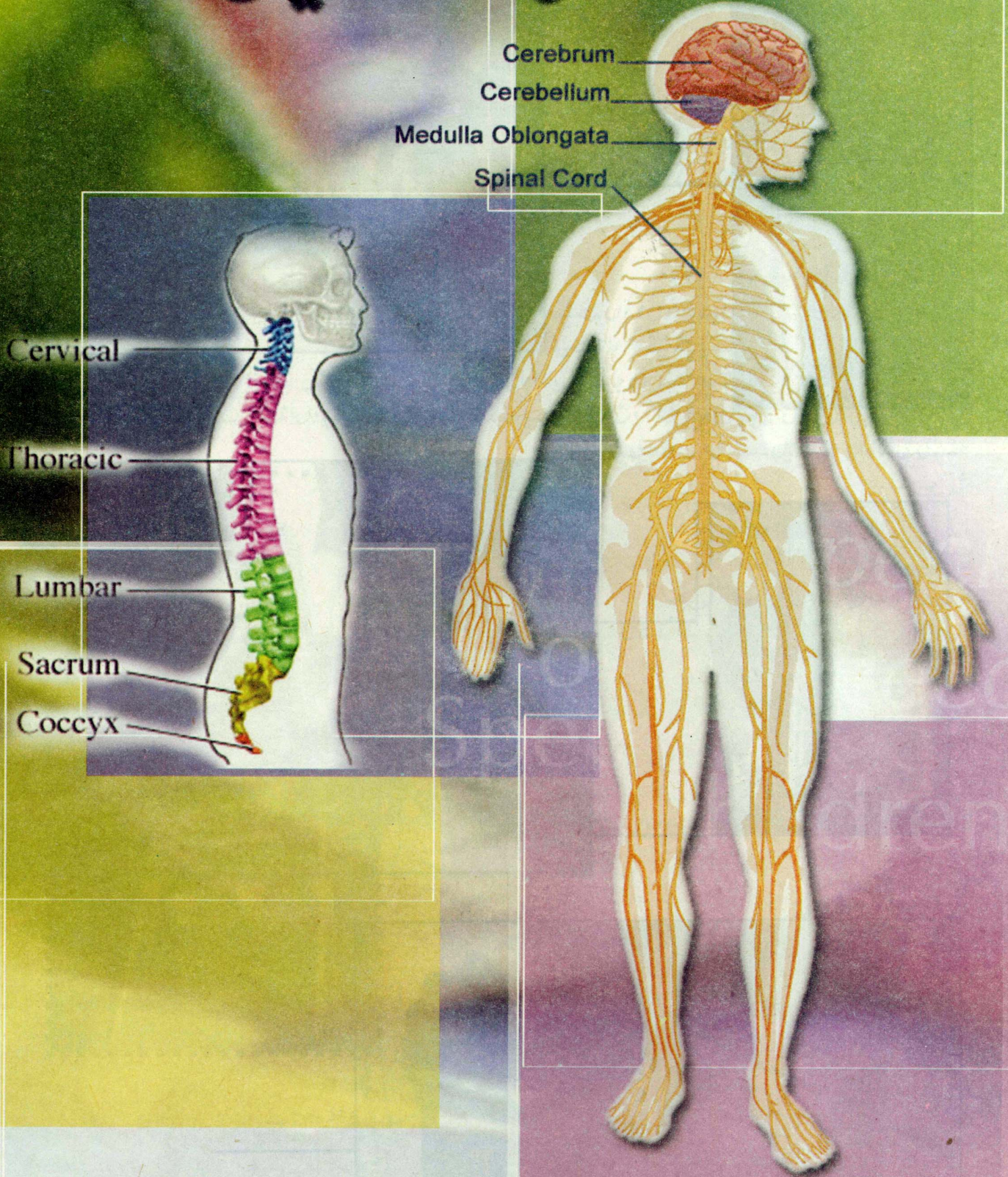
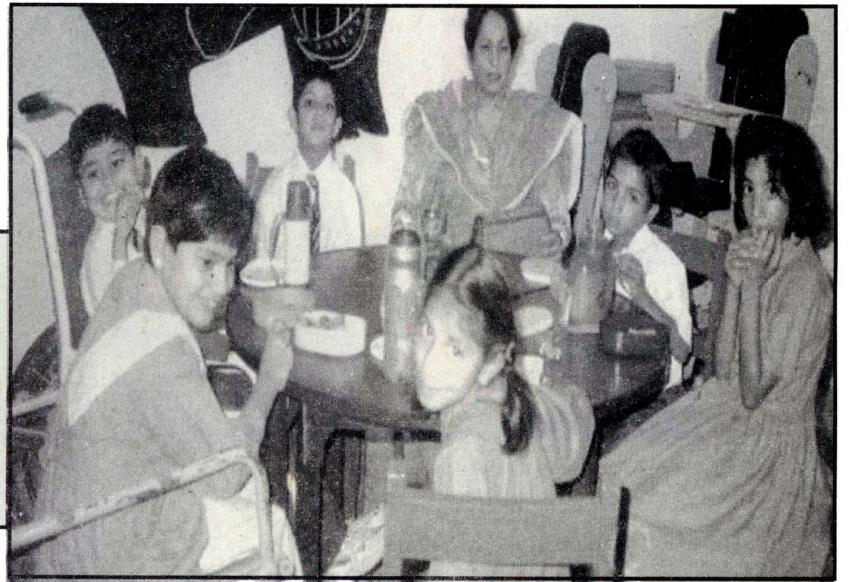
لیکن ایک پختہ اور وسیع سوچ، قوت ارادی اور مسائل کے حل میں تجربہ رکھنے والے والدین، اپنی ساری مثبت قوتوں کو بروئے کار لا کر، بہت جلد منفی جذباتی ردعمل سے اپنے کو نکال سکتے ہیں۔ اور پھر خوشدلی کے ساتھ تمام تر سوچ اور صلاحیتیں بچے کو عام زندگی کے دھارے میں شامل رکھنے پر صرف کر سکتے ہیں۔ آپ لفظوں میں بچے سے کچھ بھی کہیں یا نہ کہیں آپ کے اندر چھپے ہوئے مثبت یا منفی جذبات بچے کے ذہن تک نہ نظر آنے والی برقی رو کی طرح پہنچتے رہیں گے۔

2۔ معذوری کے شکار بچے کے ساتھ بھی دوسرے بچوں کے جیسا رویہ رکھیں۔ اسے آپ کی ہمدردی نہیں اپنی صلاحیتوں کے استعمال کے لئے بھرپور مواقع چاہیے۔ اگر اس کا صرف خصوصی طور پر خیال رکھا جائے گا اور بڑھتی ہوئی عمر کے ساتھ اس پر اعتماد کر کے اسے ہر کام میں شامل نہیں کیا جائے گا، تو اس خصوصی رویہ سے اس میں منفی طور پر مختلف ہونے کا احساس اور گہرا ہوتا جائے گا۔ خود اعتمادی زخم خوردہ ہو گی، احساس بیچارگی صلاحیتوں اور شخصیت کی نشوونما کو مزید ماند کر دے گا۔ بچے کے اپنے ہر کام اور گھر کے کاموں میں چاہے اسے کتنی ہی دقت کیوں نہ ہو اس کو شامل رکھیں، آگے بڑھائیں۔ ذہنی پسماندہ بچوں کو اپنا روزمرہ کا کام سیکھنے میں بھی اکثر مشکل ہوتی ہے اور اکثر والدین ان کا کام خود کر دیتے ہیں۔

اپنی مدد سے چاہے اسے پچاس بار کی مشق سے روزمرہ کا کام سکھائیں لیکن ہمت نہ ہاریں۔ کچھ سالوں کی محنت نہ صرف اسے آئندہ کی لمبی زندگی کے لئے کم سے کم اپنے کاموں میں خود مختار بنا دے گی بلکہ اس سے اس میں خود اعتمادی آئے گی اور اس کی شخصیت بھی ابھرے گی۔

3۔ بچے کو عام بچوں کے ساتھ کھیل کود میں شامل رکھیں۔ اگر خاص طور سے اس کا خیال نہ رکھا جائے تو سب سے پہلے اور اہم نقصان پہنچانے والی چیز ان بچوں کا زندگی کے عام دھارے سے کٹ جانا ہے۔ ابتدائی ذہنی نشوونما ہو یا معاشرتی رویوں کی افزائش، کھیل اور زندگی کے ہر موقع پر بھرپور شمولیت اس کا بہت بڑا ذریعہ ہے۔ کھیل کے دوران خاص طور پر بچے زندگی کے مسائل سے نمٹنے کے لئے ضروری رویے اور صلاحیتیں سیکھتے ہیں جس میں شامل ہیں:

☆ طے کردہ طریقوں اور اصولوں کو سمجھ کران کی پابندی کرنا۔
☆ شکست اور ہار کے باوجود بددل نہ ہونا اور کھیل کو جاری رکھنا۔
☆ آپس میں اختلافات یا جھگڑا ہونے کے باوجود کھیل میں شامل رہنا۔
☆ دوسروں کے حق اور فیصلوں کو بھی مدنظر رکھنا اور بعض اوقات قبول کرلینا۔

اسکے علاوہ کھیل؛ زباندانی (Communication Skills) کے فروغ اور دیگر ذہنی صلاحیتوں کی نشوونما میں بھی بہت اہم کردار ادا کرتا ہے۔ اس لئے یقینی بنائیں کہ کوئی بھی معذوری ہونے کے باوجود بچہ اوائل عمری سے ہی اور بچوں کے ساتھ کھیل کود میں شامل رہے۔ اس کے لئے جس قسم کی بھی مدد کی ضرورت ہو وہ والدین اور گھر کے دوسرے بڑے افراد کو فراہم کرنا چاہیے۔

جسمانی معذوریاں
Cerebrum
Cerebellum
Medulla Oblongata
Spinal Cord
Cervical
Thoracic
Lumbar
Sacrum
Coccyx
Nervous System

جسمانی معذوری

تعارف

ہماری توجہ عموماً اپنے علاقے کے ایسے بچوں کی طرف مرکوز ہو جاتی ہے، جو عام بچوں سے کسی نہ کسی لحاظ سے مختلف نظر آتے ہیں یا حرکات و سکنات کے اعتبار سے مختلف ہوتے ہیں۔ انھیں عموماً معذور کا نام دیا جاتا ہے۔

جسم کے رگ پٹھوں اور جوڑوں کے ضرورت کے مطابق مہارت کے ساتھ استعمال کو جب کوئی خامی یا مسئلہ مشکل یا ناممکن بنادے، تو اسے جسمانی معذوری کے زمرہ میں شمار کیا جاتا ہے۔

جسمانی معذوری کی وجوہات

کسی کو بچپن میں بخار ہوا۔ جس سے بچہ ایک یا دونوں ٹانگوں سے چلنے پھرنے سے قاصر ہوگیا۔ یا پھر ایک ٹانگ اور ایک بازو بے کار ہو گیا۔ یہ بھی ممکن ہے کہ چلتا ہے لیکن پاؤں گھسیٹ کر چلتا ہے یا چلتے چلتے گر جاتا ہے یا بالکل بیٹھ ہی جاتا ہے۔ پورے جسم کے رگ پٹھے یا جوڑ متاثر ہونے کی صورت میں بیٹھنے سے بھی معذور ہو سکتا ہے۔ کبھی کبھی متاثرہ اعضاء سوکھ جاتے ہیں یا استعمال نہ ہونے کی وجہ سے جوڑوں میں سختی اور اکڑاؤ پیدا ہو جاتا ہے۔ ایک خاص طرح کی جسمانی معذوری میں ٹانگوں کی ہڈیاں اندر کو مڑنا شروع ہو جاتی ہیں۔ یا روز بروز کمزور ہوتی جاتی ہیں۔ پاؤں اندر کو مڑے ہوتے ہیں۔ یہ تمام نقائص معذوری کی نشاندہی کرتے ہیں۔ بچے کی اس معذوری کی

شدت:--

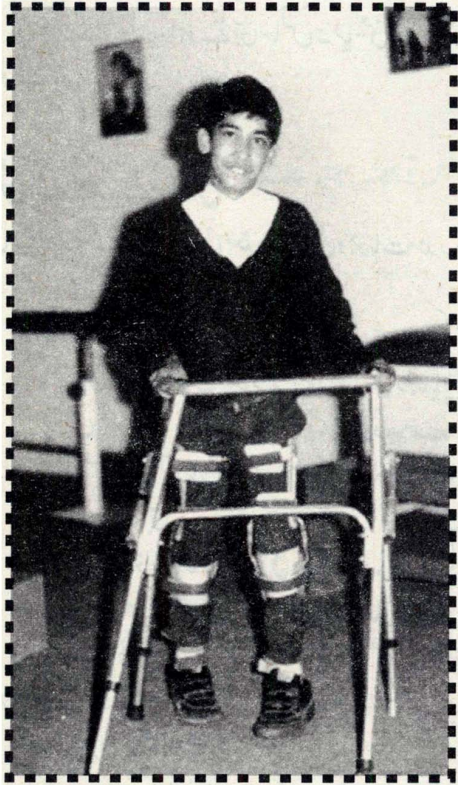
1) کم یا ہلکی
2) درمیانی
3) بہت زیادہ یا شدید درجہ کی ہو سکتی ہے۔

اس کا انحصار معذوری کی وجوہات اور اسباب کے اثرات کی بنا پر ہوتا ہے۔

معذوری کے اسباب

1) قبل از پیدائش
2) دوران پیدائش
3) بعد از پیدائش ہونے والے حادثات یا بیماریاں

قبل از پیدائش معذوری

1) ماں کو دوران حمل جرمن خسرہ (لال خسرہ) کا ہو جانا۔
2) زمانہ حمل کے خصوصاً ابتدائی تین ماہ میں ماں کا تیز دوائیوں کا استعمال کرنا۔
3) ماں کا نشہ آور اشیاء کا استعمال کرنا۔
4) حمل کے ابتدائی تین ماہ میں بار بار ایکسرے کروانا۔
5) حمل کو ضائع کرنے کی ناکام کوشش کرنا۔
6) حمل کے وقت ماں کی عمر 18 سال سے کم اور 40 سال سے زائد ہو تو بچے میں معذوری کا خطرہ ہوتا ہے۔
7) حمل کے دوران ماں کو خون جاری ہو جانا۔
8) ماں کے پیروں پر سوجن آجانا، یا بلڈ پریشر بہت زیادہ ہو جانا۔
9) ماں کی مجموعی صحت اگر ٹھیک نہ ہو تو بچے پر اس کے اثرات ہوتے ہیں۔ خوراک کی کمی بھی بہت اثر انداز ہوتی ہے۔
10) ماں کا ذہنی طور پر مستقل پریشان رہنا یا اچانک کسی شدید جذباتی دھچکے یا صدمے سے دوچار ہونا۔
11) والدین کے خون میں (Rh factor) کا مختلف ہونا۔ ایک کا مثبت (+) اور دوسرے کا منفی (-)۔

12) ماں کو دوران حمل شدید چوٹ لگنا۔

دوران پیدائش کے مسائل

یہ وقت پہلا درد شروع ہونے سے لے کر بچے کی پیدائش کے فوراً بعد پہلا سانس لینے تک ہوتا ہے۔ یہ مختصر وقت بچے کی زندگی میں بہت اہمیت کا حامل ہے۔ اس میں تھوڑی سی کوتاہی بچے کو زندگی بھر کے لیے معذور کر سکتی ہے۔ دورانِ پیدائش مندرجہ ذیل مسائل کسی بھی طرح کی جسمانی معذوری پیدا کر سکتے ہیں۔

1) اس دورانیہ کا بہت زیادہ طویل ہو جانا۔
2) بچے کی پیدائش کے وقت پوزیشن صحیح نہ ہو (ٹیڑھی حالت میں ہو یا پیر نیچے کی طرف اور سر اوپر کی طرف ہو)۔ اس کو صحیح کرنے کے لیے غلط طریقوں کا استعمال کرنا۔
3) پیدائش میں دیر یا دقت کی صورت میں اوزار (Forcep) کا لاپرواہی کے ساتھ یا نا تجربہ کار فرد کے ہاتھوں استعمال ہونا۔ دردِ زہ کے دوران کسی وقت بھی بچے کی دل کی دھڑکن کی رفتار کم ہو جانے کی وجہ سے آکسیجن کی صحیح مقدار دماغ کو نہیں پہنچتی۔ چونکہ پیدائش کے وقت دماغ کے خلئے نازک اور ناپختہ ہوتے ہیں، اس لئے ایک منٹ کے لئے بھی آکسیجن کی کمی دماغ کے خلیوں کو نقصان پہنچا سکتی ہے یا بہت کمزور کر سکتی ہے۔
4) Umbilical Cord بچے کی گردن کے گرد لپٹ جانے سے بھی دماغ کو آکسیجن کی رسائی کم یا تھوڑی دیر کے لئے منقطع ہو سکتی ہے جس سے دماغ کے خلیوں کو نقصان پہنچ سکتا ہے۔
5) اگر بچے نے پیدا ہوتے ہی سانس نہ لیا یعنی وہ رویا نہیں یا دیر سے رویا، اس صورت میں بھی دماغ کے خلیے آکسیجن کی کمی کی وجہ سے کمزور یا مردہ ہو سکتے ہیں۔

پیدائش کے بعد کے مسائل

پیدائش کے بعد ہونے والی جسمانی معذوریوں کی وجوہات مندرجہ ذیل ہو سکتی ہیں۔

1) حادثات، سر کی چوٹ، ریڑھ کی ہڈی کی چوٹ یا کسی عضو کا کٹ جانا۔
2) ماحولیاتی صورت حال مثلاً زہر آلود فضا میں رہنا یا پانی اور خوراک کے ذریعے خون میں زہر آلود اجزاء کا شامل ہو جانا۔
3) حفاظتی ٹیکوں کا کورس نہ کروانا جس کی وجہ سے تشنج اور پولیو جیسی مہلک اور دماغ کو نقصان پہنچانے والی بیماریاں ہو سکتی ہیں اگر یہ بیماریاں پانچ سال سے کم عمر میں ہوں تو دماغ کو نقصان پہنچنے کا امکان زیادہ ہوتا ہے۔
4) آیوڈین کی کمی۔
5) گردن توڑ بخار یا دماغی بخار کی وجہ سے دماغ کی جھلی یا دماغ کے خلیوں میں سوزش اور سوجن سے بھی دماغ کے خلیوں اور اعصابی نظام کو نقصان پہنچ سکتا ہے۔ نقصان معمولی سے شدید نوعیت کا ہو سکتا ہے۔
6) جسم میں پانی کی کمی۔ اکثر تیز بخار، نظام ہضم کی مختلف بیماریوں کی صورت میں جسم میں پانی کی کمی بہت جلد اور بہت آسانی سے ہو سکتی ہے جو دماغ اور اعصاب کے نظام کو ناقابل تلافی نقصان پہنچا سکتی ہے۔
7) وبائی امراض مثلاً پولیو وغیرہ
8) گندے پانی کے استعمال سے ہڈیوں وغیرہ کی بیماری (چونیاں انڈسٹریل سٹیٹ)۔
9) غلط ادویات کا استعمال۔
10) غذا کے مختلف ضروری اجزاء (پروٹین، کاربوہائیڈریٹ، وٹامن وغیرہ) میں سے چند کا صحیح مقدار میں جسم میں نہ پہنچنا۔
11) مرگی کے دورے خصوصاً اگر پیدائش سے پانچ سال تک کے دوران پڑیں۔

جسمانی معذوریوں کی عام اقسام

جسمانی معذوریوں کی اقسام کو مندرجہ ذیل بڑے بڑے گروپوں میں بانٹا جا سکتا ہے۔

گروپ نمبر 1 پٹھوں اور ہڈیوں کی خامیاں اور مسائل۔

گروپ نمبر2 اعصابی نظام کے مسائل کی وجہ سے جسمانی معذوری۔
گروپ نمبر3 بعض بیماریوں کی وجہ سے یا حادثے کی وجہ سے جسمانی معذوری۔

ان اقسام کے زیر اثر ہونے والی معذوریاں

1) کسی اعضاء کی کمی خواہ یہ پیدائشی ہو یا بعد میں کسی بیماری کے باعث کاٹنا پڑے یا کسی حادثہ میں کٹ جائے۔
2) پیدائشی طور پر کسی عضو کا نامکمل رہ جانا یا اس کی ساخت صحیح نہ ہونا مثلاً پاؤں کا پنجہ ایڑی کی طرف مڑا ہوا ہو یا تالو بہت اونچا ہو اور ہونٹ کٹا ہوا ہو وغیرہ۔

بچے کے لیے مسائل:۔

1) ایسے بچوں کو حرکت پزیری اور عام سرگرمیوں کو انجام دینے میں دقت ہوتی ہے۔ مثلا کھانا، پینا، کپڑے بدلنا، رفع حاجت کے بعد صفائی و دیگر چھوٹے موٹے کام۔
2) ایسے بچوں کو نارمل بچے مختلف ناموں سے پکارتے ہیں۔تنقید کا نشانہ بناتے ہیں یا رحم کی نظروں سے دیکھتے ہیں۔ جو ان کے لیے نفسیاتی طور پر دباؤ اور الجھن کا باعث بنتا ہے۔
3) والدین کے لیے مسائل۔
☆ والدین معذور بچے کی وجہ سے پریشان رہتے ہیں۔
☆ والدین کو اس کے بہتر سکول کے انتخاب میں مسئلہ ہوتا ہے۔
☆ ایسے بچے کو اگر مناسب تعلیم و تربیت اور سہارے، Supportive Aids نہ ملیں تو ہمیشہ ہمیشہ کے لیے افراد خاندان کے لیے مستقل ذمہ داری بن کر رہ جاتا ہے۔

حفاظتی تدابیر، تجاویز اور بحالی

1) معذوری کا سبب بننے والی تمام وجوہات کا خیال رکھنا۔
2) بچے کو مصنوعی اعضاء یا Supportive Aids، مثلاً وہیل چیئر، خاص قسم کے جوتے، بیساکھیاں، یا جیکٹ لے کر دی جائے۔
3) بچے کی تربیت اس طرح کرنا، کہ وہ اپنے اعضاء کی کمی کے باوجود کامیاب زندگی گزار سکے۔
4) اگر معذوری شدید درجہ کی ہو تو اسے خصوصی تعلیم کے سکول میں داخل کروایا جائے۔
5) اگر کوئی حادثہ پیش آئے تو ہڈی کے ماہر ڈاکٹر سے رجوع کریں یا خصوصی تعلیم کے ماہر سے مشورہ لیں۔

پولیو

یہ جسمانی معذوری کا سبب بننے والی سب سے بڑی بیماری ہے۔

1) پولیو وائرس کے ذریعہ پھیلنے والی بیماری ہے۔
2) یہ عموماً بچوں پر عمر کے پہلے سال سے پانچویں سال تک حملہ آور ہوتی ہے۔
3) پولیو کا اثر زیادہ تر دونوں ٹانگوں یا ایک ٹانگ، ایک بازو پر ہوتا ہے۔
4) اس کا حملہ عموماً تیز بخار کے ساتھ ہوتا ہے، اور دائیں یا بائیں طرف کے ہاتھ اور پیر متاثر ہو سکتے ہیں۔ اکثر بخار میں بچے کے ساکت لیٹے ہونے کی وجہ سے جلدی پتہ نہیں لگتا۔

مسائل

بچے کو متاثرہ عضو، ہاتھ یا پاؤں کی حرکت پزیری میں مشکل ہوتی ہے۔جسکی وجہ سے سب سے بڑا نقصان یہ ہوتا ہے کہ وہ دوسرے بچوں کے ساتھ کھیل میں شریک نہیں ہو پاتا، لہذا ابتدا ہی سے زندگی کے عام دھارے سے کٹ کے رہ جاتا ہے۔ جس سے اس کی ذہنی نشو ونما شخصی اور جذباتی نشو ونما اور زباندانی بھی بری طرح متاثر ہو سکتی ہے۔

والدین کے مسائل

1) والدین کو بچے کی نگہداشت تعلیم و تربیت میں مشکل پیش آتی ہے۔
2) بچے کے علاج معالجہ میں خصوصی تگ ودو کرنی پڑتی ہے۔
3) مالی مسائل کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔

کیا کرنا چاہیے؟

1) بچے کو خود مختار بنانے کے لیے ضروری ہے کہ اسے چلنے پھرنے کے مددگار سہارے۔ مثلاً بیساکھی، بریس وغیرہ مہیا کئے جائیں۔اگر یہ سہولت نہ ہو تو اس کے قد اور ضرورت کے مطابق دیوار کے ساتھ رسی، چارپائی کا سہارا، واکر یا ڈنڈے کے سہارے چلنے پھرنے کی مشق کروائی جائے۔
2) کمزور جسم کے ساتھ کام میں دقت ہوتی ہے، جس کے لیے بچے کو کسی اچھے فزیو تھراپسٹ کے مشوروں سے جسمانی ورزشیں فوراً شروع کروا دیں۔خوراک اچھی دیں۔اور ساتھ ہی اپنی مدد سے اس کے متاثرہ اعضاء کو استعمال کر کے کام کرواتے رہیں تا کہ جوڑوں اور پٹھوں کا سکڑاؤ اور سختی (Contracture) نہ پیدا ہو۔ تاہم اگر جوڑوں میں سختی ہے تو اس پر خود زیادہ زور نہ دیں بلکہ کسی ماہر فزیوتھراپسٹ کے مشورے سے حرکت دیں۔یہ بچے عام سکولوں میں پڑھ سکتے ہیں بلکہ اعلی تعلیم حاصل کر سکتے ہیں اس لئے انہیں عام سکول میں داخل کروائیں۔پولیو سے بچاؤ کے لئے بچے کو پیدائش سے لے کر 5 سال کی عمر تک حفاظتی قطرے ضرور پلوائیں۔

دماغی فالج (سی پی) Cerebral Palsy

دماغی فالج دماغ کے ان حصوں کو نقصان پہنچنے سے ہوتا ہے جو بچے کے جسم کے پٹھوں اور اعضاء کو فعال اور نارمل کارگردگی کے قابل بناتے ہیں۔یہ عموماً پیدائش سے پہلے یا پیدائش کے دوران مختلف وجوہات سے ہو سکتا ہے مثلاً

☆ پیدائش کے عمل کے دوران کسی بھی وجہ سے بچے کے دماغ کو آکسیجن کی مقدار میں کمی۔
☆ دوران پیدائش، بچے کے دماغ کو اوزار (Forcep) سے چوٹ لگ جانے سے یا غیر تربیت یافتہ دائی یا فرد کے پیدائش کے لیے غلط طریقوں کا استعمال کرنے سے۔

☆ بچہ وقت سے پہلے پیدا ہو جائے۔
☆ بچہ کا وزن پیدائش کے وقت بہت کم ہو۔
☆ پیدا ہوتے ہی نہ روئے اور فوراً سانس نہ لے۔
☆ پیدائش کے وقت بچے کا رنگ نیلا ہو۔
☆ پیدائش کے بعد دماغ میں رسولی ہو جائے۔
☆ چوٹ وغیرہ سے دماغ کے اندر خون جاری ہو یا جم جائے۔
☆ زہریلی ادویات کے استعمال سے۔

دماغی فالج والے بچوں کی پہچان

☆ پٹھوں میں کھچاؤ یا اکڑاؤ پیدا ہو سکتا ہے یا وہ ڈھیلے پڑ کر بے جان سے ہو سکتے ہیں۔
☆ اعضاء میں حرکت سست ہو جاتی ہے اور اکثر ٹانگیں قینچی کی طرح ایک دوسری پر چڑھ جاتی ہیں۔
☆ کھڑا کرنے پر بچہ ٹانگیں اکڑاتا ہوا محسوس ہوتا ہے۔
☆ سر اور کندھا پیچھے کو جھکے ہوتے ہیں۔

☆ غیر ارادی اور مسلسل حرکت یعنی حرکت پر خود کنٹرول نہ ہونا۔حرکت میں اکثر بے چینی ہوتی ہے اور مکمل ربط نظر نہیں آتا۔
☆ توازن برقرار نہیں رکھ سکتا۔
☆ دوسری قسم میں اکڑاؤ کے بجائے بچے کے جسم کے پٹھے اور اعضاڈھیلے نرم اور بے جان سے نظر آتے ہیں۔

سی پی جسم کے اعضاء کو کس طرح کے نقصان پہنچاتا ہے؟

☆ بچے کے جسم کا آدھا حصہ ایک طرف کا بازو اور ٹانگ اثر پزیر ہونا،(Hemiplegia) کہلاتا ہے۔
☆ نچلا دھڑ یعنی دونوں ٹانگوں پر اثر ہونا،(.Paraplegia) کہلاتا ہے۔
☆ دونوں ٹانگوں اور دونوں بازوؤں کا مفلوج ہونا(Quadralpegia) کہلاتا ہے۔
☆ صرف ایک ٹانگ کا فالج(Monoplegia) کہلاتا ہے۔
☆ دونوں ٹانگوں اور ایک بازو کا فالج(Triplegia) کہلاتا ہے۔
☆ دونوں بازوں اور ٹانگوں کا فالج(Diplegia) کہلاتا ہے۔

کیا کرنا چاہیے۔

☆ سب سے پہلے بچوں کے کسی ماہر ڈاکٹر، ماہر اعصاب (Neuro-physician) اور فزیوتھراپسٹ سے مشورہ کریں۔
☆ بچے کو صرف علاج کی نہیں تربیت کی بھی ضرورت ہوتی ہے۔
☆ کھیل کھیل میں بچے کی تعلیم وتربیت کا بندوبست ہونا چاہیے تا کہ اس کی محتاجی کم سے کم ہو اور اس کی ذہنی صلاحیتیں، زباندانی اور بول چال کی صلاحیتیں نشوونما پاتی رہیں۔

☆ بچے میں عمل وشوق کا جذبہ ابھارنا چاہیے۔اگر والدین یا ارد گرد کے دوسرے لوگ بچے کو رحم یا ہمدردی کی نظر سے دیکھیں گے تو احساسِ محرومی اس کی دوسری صلاحیتوں کو بھی پژمردہ کر سکتا ہے۔جوڑوں اور پٹھوں کے مسئلے کے ساتھ دوسری ذہنی صلاحیتیں بالکل نارمل ہو سکتی ہیں۔
☆ عام گھریلو کام میں اگر ماں اسے اپنے ساتھ مصروف رکھے تو اس کی حدِ حرکت میں اضافہ ہوتا رہے گا۔جسم کا اکڑاؤ کم ہوگا۔اور وہ خود انحصاری کی طرف بڑھے گا۔
☆ بچے کو خود کھانے کی تربیت اور ترغیب دیں تا کہ وہ اپنے ہاتھوں کا ممکنہ حد تک مہارت کے ساتھ استعمال سیکھ سکے۔
☆ اسے خود کپڑے پہننے اور تبدیل کرنا سکھائیں۔اس کے ساتھ ساتھ اس کام سے متعلق باتیں کرتے جائیں کہ آپ کب کیا اور کیسے کر رہے ہیں۔اگر ضرورت ہو تو شروع میں اپنے ہاتھ کی پوری مدد دیں لیکن آپ کے ہاتھ کے نیچے اس کے ہاتھ کو بھی استعمال ہونا چاہیے۔اس سے بچے میں کپڑوں کے مختلف حصوں کی، رنگوں وغیرہ کی پہچان، لمبے چھوٹے کا تصور جسم کے حصوں کے نام اور ان کا استعمال آئے گا۔ساتھ ہی ساتھ اعضاء اور جوڑوں کی حرکت اور کنٹرول نشوونما پائے گی۔
☆ بچے کو چلنے میں مدد دیں خواہ بیساکھی برلیس، سپلٹ، پہیہ والی بڑی واکر اور وہیل چیئر ہی کی مدد سے کیوں نہ ہو۔اس سے بچے کی محتاجی کم ہو گی۔خود اعتمادی اور خود انحصاری آجائے گی اور وہ اپنے ارد گرد کے ماحول کی چیزوں کا مشاہدہ اور ان کے بارے میں معلومات بھی حاصل کرتا رہے گا۔

☆ ایسے بچوں کا عموماً توازن کا مسئلہ ہوتا ہے۔جب وہ بیٹھنا سیکھ رہا ہو تو اسے بہتر رکھنے کے لیے عام تکیوں، نمک یا ریت کے تھیلے استعمال کیے جا سکتے ہیں تا کہ وہ بیٹھے ہوئے اگر گر بھی جائیں تو چوٹ نہ لگے۔

☆ توازن قائم رکھنے کے لیے انھیں مختلف سرگرمیاں دی جاسکتی ہیں۔مثلاً جسم سنبھالنے کے لیے اگر بچے کو بٹھا کر ہلکا سا دھکا دیں تو اپنے آپ کو گرنے سے بچانے کے لیے جسم کی حرکت سے کوشش کرے گا۔اس کوشش سے آہستہ آہستہ اسکا توازن بہتر ہو جائے گا۔

☆ اس کے سامنے اس کی پسند کا کھلونا وغیرہ لے کر آئیں، اس کو پکڑنے کی کوشش کرے گا۔اسی کوشش میں وہ اپنے آپ کو گرنے سے بچانا سیکھ جائے گا۔

☆ بچے کو ہر مرحلہ اس طرح سکھائیں کہ جیسے ایک عام بچہ سیکھتا ہے، مثلاً پہلے بیٹھنا، پھر رینگنا، پھر کھڑے ہونا، اور پھر چلنا۔

پیدائشی سکڑاؤ (Arthrogryposis)

یہ بچوں کا پیدائشی مسئلہ ہوتا ہے کہ وہ کمزور پٹھوں یا جوڑوں کے سکڑاؤ کے ساتھ پیدا ہوتے ہیں۔ اس کے نتیجے میں مندرجہ ذیل مسائل ہو سکتے ہیں۔

☆ جوڑوں میں سکڑاؤ اور درد۔
☆ حدِ حرکت کم ہوتی ہے۔
☆ پٹھے کمزور ہوتے ہیں۔
☆ لکھنے کا مسئلہ ہوتا ہے (بہت آہستہ لکھتے ہیں)۔ ایسے بچے ذہنی اعتبار سے بالکل نارمل ہوتے ہیں اس لئے عام سکولوں میں پڑھ سکتے ہیں۔

کیا کرنا چاہیے

☆ لکھنے کی سستی کو دور کرنے کے لئے بجلی سے چلنے والا ٹائپ رائٹر بچے کو دیا جا سکتا ہے۔
☆ اسباق کی تیاری کے لئے ریکارڈ کیا ہوا میٹریل خاصا مددگار ہو سکتا ہے۔
☆ زیادہ تکلیف کی صورت میں ہڈی و جوڑ کے ڈاکٹر سے مشورہ کریں۔ پہلوانوں کے پاس بچے کو لے کر نہ جائیں۔

ریڑھ کی ہڈی کا پھوڑا یا ریڑھ یا حرام مغز کی نسوں کا گچھا (Spina Bifida)

پیدائشی طور پر بچے کی ریڑھ کی ہڈی میں کمر پر ابھار نظر آتا ہے جس کی وجوہات نامعلوم ہیں۔ یہ درمیانہ اور ہلکے مسئلہ کے ساتھ ہو سکتا ہے۔ اگر فوری طور پر تشخیص کے بعد ضروری طبی علاج اور امداد نہ دی جائے تو بچے کا نچلا دھڑ رفتہ رفتہ ناکارہ ہو جاتا ہے۔ عام طور پر یہ بچہ سردی، گرمی اور درد کو صحیح طور پر محسوس نہیں کر سکتا۔ فوراً بچے کو ڈاکٹر کے پاس لے جائیں۔ تھوڑی سی بے احتیاطی بچے کو زندگی بھر کے لئے معذور بنا سکتی ہے۔ تشخیص شروع میں ہو جائے تو علاج ممکن ہے۔ خوش قسمتی سے اس کی شرح بہت کم ہے۔

اضافی مسائل

☆ پاخانہ یا پیشاب کو کنٹرول نہیں کر سکتا۔
☆ بچے کے پاؤں یا ٹانگیں بھی مفلوج ہو سکتی ہیں۔
☆ بچے کے پاؤں اندر کو بھی مڑے ہو سکتے ہیں۔
☆ ایک یا دونوں کولھے پیدائشی طور پر اترے ہوئے ہو سکتے ہیں۔
☆ بچے کا سر بڑا اور پانی سے بھرا بھی ہو سکتا ہے (Hydrocephalus)

تدارک

☆ اپریشن کے ذریعے پھوڑے یعنی نسوں کو ڈھانپنا۔
☆ اگر بڑا سر یعنی پانی سے بھرا ہوا ہو تو پانی کی اضافی مقدار نکلوانے کے لیے ماہر ڈاکٹر سے مشورہ اور علاج۔
☆ بچے کو پیشاب یا پاخانہ کو کنٹرول کرنے کی تربیت دینا۔
☆ جوڑوں کو سکڑاؤ سے بچانے کی کوشش کرنا۔
☆ بچے کو چلنے پھرنے میں مدد دینا Walking Aids مہیا کرنا یعنی اگر سہاروں کی ضرورت ہو تو بیساکھی، پہیوں والی کرسی وغیرہ مہیا کرنا۔
☆ بے حس اعضاء کی حفاظت کرنا تا کہ زخم اور انفکشن سے محفوظ رہیں۔

ریڑھ کی ہڈی کی چوٹ

ریڑھ کی ہڈی کے اندر گزرنے والے اعصابی نظام کو ہم کیبل سے تشبیہ دے سکتے ہیں جس میں بہت سے تاروں کا ایک بنڈل حرام مغز سے شروع ہو کر ریڑھ کی ہڈی کے مہروں کے بیچ سے ہوتا ہوا گزرتا ہے۔اس بنڈل میں سے تاروں (یا جن کو اعصاب یا Nerve کہتے ہیں) کی شاخ در شاخ باہر نکل کر پورے جسم میں پھیلتی جاتی ہے۔اعصاب کی یہ شاخیں جوڑوں اور پٹھوں تک حرکت پزیری کے متعلق دماغ سے پیغامات لاتی اور لے جاتی ہیں اس طرح ریڑھ کی ہڈی اور اس کے اندر سے گزرنے والے اعصابی نظام پر جسم کے اعضاء کی حرکات اور کارکردگی کا انحصار ہے۔

ریڑھ کی ہڈی پر جس جگہ شدید چوٹ کی صورت میں، جسم کو کنٹرول کرنے والے اعصابی نظام کے جس مخصوص حصے کو نقصان پہنچے گا؛ اس سے متعلقہ اعضاء مندرجہ ذیل طریقوں سے متاثر ہو سکتے ہیں:

- ☆ حرکت پزیری اور کنٹرول متاثر ہوتا ہے۔
- ☆ محسوس کرنے کی صلاحیت متاثر ہوتی ہے۔رگ پٹھے بے حس اور بے جان ہو سکتے ہیں۔
- ☆ اگر چوٹ کمر کے نیچے لگے تو انسان کا نیچے والا دھڑ Paraplegia سے ناکارہ ہو جاتا ہے۔
- ☆ اگر چوٹ اوپر والے مہروں کو لگتی ہے تو دونوں بازو اور دونوں ٹانگیں (Quadriplegia) ناکارہ ہو سکتی ہیں۔

کیا کرنا چاہیے

- ☆ ایسے مریض کو فوراً ہسپتال یا ماہر امراض ہڈی و جوڑ کے پاس لے جائیں۔
- ☆ اچھی دیکھ بھال، درست علاج اور جسمانی ورزشیں بحالی کے لئے کارآمد ہوتی ہیں۔
- ☆ وہیل چیر کے استعمال سے خودمختاری اور خود انحصاری کی طرف قدم بڑھ سکتے ہیں۔
- ☆ تعلیم کے لئے نارمل سکول میں داخلہ بہتر ہوگا۔اگر یہ ممکن نہ ہو سکے تو گھر پر تعلیم کو نارمل انداز میں یقینی بنائیں۔ان بچوں کی ذہنی اور دیگر صلاحیتیں نارمل ہوتی ہیں۔

اعصابی نظام کے Functions اور اہمیت

اعصابی نظام (Nervous System) ایسا نظام ہے جس کی شاخیں ٹیلی فون کے نظام کی طرح پھیل کر نہ صرف ہر قسم کے رابطے کا کام کرتی ہیں بلکہ دماغ کی طرف سے احکامات کو تمام جسم تک پہنچا کر جسم کے حصوں کو ان احکامات پر ارادی یا غیر ارادی طور پر عمل بھی کرواتی ہیں۔

اعصابی نظام میں ایک قسم کے موٹے یا باریک تار ہیں۔یہ تاریں حرام مغز سے گزر کر سارے جسم میں پھیل جاتے ہیں۔ان تاروں کی باریک باریک شاخیں جلد میں سے جسم کے ہر اعضاء کے آخری سرے تک ہر جگہ پھیلی ہوئی ہیں۔یہ اعصاب یا تار ہر طرح کا پیغام اور معلومات دماغ کے متعلقہ حصے کو پہنچاتے ہیں اور ضرورت کے مطابق عمل اور حرکت کے لئے دماغ سے احکامات متعلقہ اعضاء تک لے جاتے ہیں۔انھیں اعصاب کے ذریعے حواس خمسہ؛ (یعنی دیکھنا، سننا، چھونا، سونگھنا اور چکھنا) دماغ کے مخصوص متعلقہ حصوں تک معلومات لے جاتے ہیں۔یہ معلومات دماغ کے مخصوص حصوں میں مناسب طور پر ترتیب دی جاتی ہیں اور اس کا معنی اور مفہوم نکالنے کے بعد مزید کارروائی کے لئے دماغ یا جسم کے متعلقہ حصوں تک پہنچادی جاتی ہیں۔اس طرح اعصاب جسم کا پیغام رسانی کا نظام ہے انہیں کے باعث جسم میں عمل اور ردعمل دونوں ممکن ہوتے ہیں۔

ریڑھ کی ہڈی کا ٹب (Scaliosis)

ریڑھ کی ہڈی میں ٹیڑھا پن / ابھار اوپر کو اٹھتا ہوا ہوتا ہے۔یہ عموماً جوانی میں ہوتا ہے۔اس کی وجوہات عام طور پر نامعلوم ہوتی ہیں۔

پہچان

ایک کندھے کی ہڈی اونچی اور ایک کی نیچی ہوتی ہے یا ایک کولھے کی ہڈی اونچی اور ایک کی نیچی ہو سکتی ہے۔زیادہ چلنے پھرنے یا سانس لینے میں دقت ہو سکتی ہے۔

تدارک

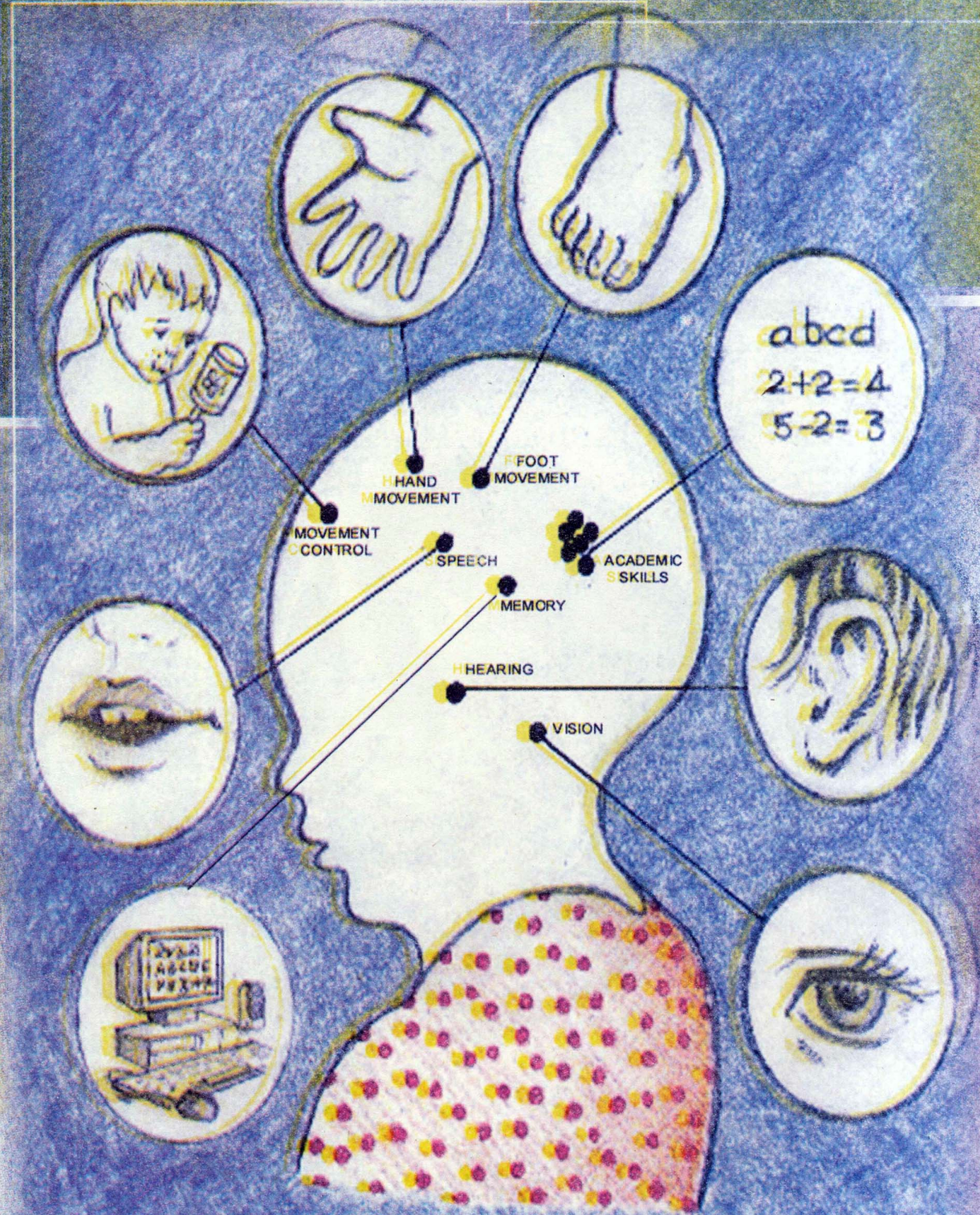
اگر بچے کو کُب کی شکایت ہو تو والدین کو چاہیے کہ فوراً ہڈی وجوڑ کے ماہر ڈاکٹر سے رابطہ کریں۔ ابتدا میں یہ مرض قابل علاج ہے۔ بچے کو تقریباً دو سال تک لگاتار سپیشل جیکٹ استعمال کرنی چاہیے۔ یہ بچے ذہنی لحاظ سے بالکل نارمل ہوتے ہیں یہ عام لوگوں کی طرح نارمل زندگی گزار سکتے ہیں اور عام سکولوں میں پڑھ سکتے ہیں۔

مرگی Epilepsy

یہ بیماری بچے کے دماغ میں برقی نظام میں گڑبڑ یا خلل پیدا ہونے کے باعث ہوتی ہے۔ بچے کو دورے پڑتے ہیں۔ دوروں کی نوعیت اور کیفیت بہت مختلف ہوتی ہے۔ دورے کی کسی قسم میں جسم کے دائیں یا بائیں حصے میں جھٹکے لگتے ہیں جو اکثر صرف بخار ہونے کی صورت میں پڑتے ہیں، اسی لئے اس کو Febrile Fit کہتے ہیں۔ مرگی کے عام روایتی معنی میں دورے کی شدت پورے جسم کو متاثر کرتی ہے۔ جسم اکڑ سا جاتا ہے اور منہ سے جھاگ بھی نکلتا ہے۔ سانس لینے میں بہت دشواری ہوتی ہے۔ ظاہر ہے دورے کی اس صورت میں علامات بہت واضح ہیں لیکن دوروں کی بعض صورتوں میں علامات اکثر اتنی واضح نہیں ہوتیں۔ مثلاً دورے کی ایک صورت یہ بھی ہے۔ کہ چند سیکنڈ کے لئے بچے کی آنکھیں اور اعضاء ساکت ہو جاتے ہیں۔ یہ دورے بیماری کی شدت کے لحاظ سے جلدی جلدی یا طویل عرصہ کے بعد ہوتے ہیں۔ جھٹکوں کے ساتھ دورہ پڑتا ہے۔ دورے کی نوعیت درمیانی سے لے کر شدید تک ہو سکتی ہے۔ تھوڑے وقت کے بعد دورہ خود بخود ختم ہو جاتا ہے۔ دورے کی وجہ سے شدید جسمانی کمزوری ہوتی ہے۔ چلنے پھرنے اور تعلیمی کام میں خلل پڑتا ہے۔ دماغی معذوری کا خطرہ ہوتا ہے جس سے بچے کی ذہنی کارکردگی بھی متاثر ہو سکتی ہے۔

دورے کی صورت میں کیا کرنا چاہیے:-

- ☆ جب دورہ پڑے تو آرام سے لٹا دیں۔
- ☆ منہ ایک طرف پھیر دیں تاکہ جھاگ بچے کے پھیپھڑوں میں نہ چلا جائے اور سانس رکنے یا نمونیہ کا باعث نہ بنے۔
- ☆ دورے کے دوران کسی قسم کی کوئی چیز نہ کھلائیں نہ پلائیں۔
- ☆ جسم پر کوئی بھی کسی ہوئی چیز مثلاً جوتا موزہ یا ٹائی وغیرہ اتار دیں یا ڈھیلا کر دیں۔
- ☆ منہ پر کسی چیز سے ہوا کرتے رہیں کیونکہ دورے کی صورت میں بچے کی سانس لینے کی طاقت بھی متاثر ہوتی ہے۔
- ☆ ماہر ڈاکٹر سے مشورہ لیں اور مناسب علاج کروائیں۔ اکثر بچے دوائیوں سے ٹھیک ہو جاتے ہیں۔ یہ خیال رکھیں کہ دوا ڈاکٹر کی بتائی ہوئی مقدار اور اوقات پر انتہائی پابندی سے دی جائے ورنہ دوا کا اثر نامکمل یا بالکل ہی ضائع ہو سکتا ہے۔
- ☆ گھر پر ان کی تعلیم و تربیت اس طرح سے کریں کہ وہ اپنے آپ کو معاشرے میں ایڈجسٹ کر سکیں۔ یہ بچے عام سکولوں میں پڑھ سکتے ہیں۔ عام سکول میں اساتذہ کو بچے کے مسائل سے باخبر رکھیں تاکہ وہ دورہ پڑنے کی صورت میں بچے کو سنبھال سکیں۔
- ☆ بچے کو ذہنی اور نفسیاتی پریشانیوں سے دور رکھیں کیونکہ پریشانی دورہ کا باعث ہو سکتی ہے۔
- ☆ یہ بیماری ہے؛ آسیب وغیرہ نہیں اس لئے ٹوٹکوں سے ٹھیک نہیں ہوتی۔

ذہنی پسماندگی
abcd
2+2=4
5-2=3
HAND MOVEMENT
FOOT MOVEMENT
MOVEMENT CONTROL
SPEECH
ACADEMIC SKILLS
MEMORY
HEARING
VISION

ذہنی پسماندگی (MENTAL RETARDATION) کیا ہے؟

ذہنی پسماندگی ایسی مستقل کیفیت کا نام ہے جس میں کسی بھی وجہ سے ذہانت کے مختلف پہلوؤں کی نشوونما اور کارکردگی یا تو نامکمل رہ جاتی ہے یا کسی مرحلے پر رک جاتی ہے، اور سیکھنے کی ناہموار اور کمزور صلاحیتوں کے باعث سیکھنے کی رفتار سست اور محدود ہوتی ہے۔ نتیجتاً ذہنی پسماندہ بچہ نشوونما اور صلاحیت واستعداد کے لحاظ سے ہمیشہ اپنی عمر سے پیچھے رہتا ہے اور زیادہ تر کام سیکھنے کے لیے اسے خصوصی مدد کی ضرورت ہوتی ہے۔

ذہنی پسماندگی کی تشخیص

ذہنی پسماندگی کی تشخیص درج ذیل تین بنیادی علامات کی بناء پر کی جاتی ہے۔ اور ان تینوں علامات کی بیک وقت موجودگی لازمی ہے۔ اگر کوئی بھی ایک علامت نہ ہو تو یہ کیفیت ذہنی پسماندگی کے زمرے میں نہیں آئیگی۔

1) اوسط سے کم ذہانت

اپنے ہم عمر بچوں کے مقابلے میں ذہانت میں شامل صلاحیتیں اوسط سے کم ہوتی ہیں۔ ذہانت کے بارے میں تفصیلی بیان آگے آئے گا۔

2) طور طریقوں کا عمر اور ماحول کے مطابق نہ ہونا

روزمرہ زندگی میں بچے کی حرکات، سکنات، بول چال، لوگوں کے ساتھ میل جول، اپنے کاموں کو سیکھنا اور کرنا اپنی عمر کے مطابق نہ ہونا، مثلاً اگر ایک ۸ سال کا بچہ اپنے چھوٹے چھوٹے کام کپڑے پہننا وغیرہ خود نہ کر سکے۔ اپنے ہم عمر بچوں کے بجائے اپنے سے چھوٹے بچوں کے ساتھ بچکانہ کھیلوں میں حصہ لے۔ طبعی عمر اور نشوونما کا یہ فرق عمر کے ساتھ بڑھتا جاتا ہے۔

3) ان علامات کا پیدائش سے 18 برس کی عمر کے اندر ہونا:-

ایک بچے کی جسمانی اور ذہنی نشوونما 18 سال تک مکمل ہو جاتی ہے۔ لہٰذا مندرجہ بالا دونوں علامات اگر اس عرصہ میں ظاہر ہوں تو وہ ذہنی پسماندگی کہلائے گی۔ اگر مندرجہ بالا دونوں یا کوئی ایک علامت ۱۸ برس کی عمر کے بعد ظاہر ہوں تو پھر وہ ذہنی پسماندگی نہیں بلکہ ذہنی یا نفسیاتی مسئلہ یا بیماری کہلائے گی۔ اور یہ مستقل کیفیت نہیں ہوتی اور اس کا علاج دواؤں اور سائیکوتھراپی سے ممکن ہے۔

ذہنی پسماندگی اور ذہنی بیماری (MENTAL ILLNESS) میں فرق:-

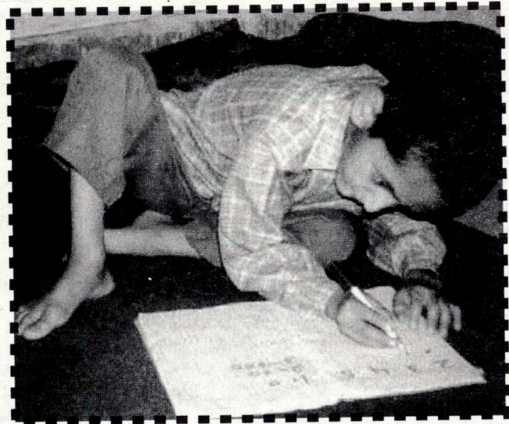
ذہنی پسماندگی اور ذہنی مرض میں امتیاز کرنا ضروری ہے۔ ذہنی مریض اوسط یا اوسط سے زیادہ ذہانت کا حامل ہو سکتا ہے۔ تاہم کسی تجربے، نفسیاتی اور ذہنی دباؤ، یا دماغ کو نقصان پہنچنے کے باعث اسکا طرز عمل عجیب سا ہو جاتا ہے۔ اور یہ کسی بھی عمر میں (18 برس کے بعد بھی) ہو سکتا ہے۔ ایسا فرد ذہنی مریض کہلاتا ہے۔ چند لفظوں میں ذہنی پسماندگی صلاحیتوں، عقل اور سمجھ کی کمی کا نام ہے جبکہ ذہنی بیماری کی وجہ عقل، سوچ اور سمجھ میں ابتری اور الٹ پلٹ کا پیدا ہونا ہے۔

ذہانت کیا ہے:-

ذہانت ان صلاحیتوں/استعداد کے مجموعے کا نام ہے جن کے استعمال سے یہ ممکن ہوتا ہے کہ فرد:-

الف) بامعنی اور باربط طریقے سے سمجھ اور سوچ سکے۔

ب) تجربہ سے سیکھ کر بامقصد طور طریقوں اور عمل کو اپنائے۔

ج) ماحول اور حالات سے خوبی اور کامیابی کے ساتھ نمٹ سکے۔

ذہانت میں مندرجہ ذیل صلاحیتیں شامل ہیں:-

- ☆ مشاہدہ کی صلاحیت، زیادہ سے زیادہ وسعت، گہرائی اور عمدگی کے ساتھ۔
- ☆ دیکھی ہوئی شکلوں/آوازوں اور حرکات کی تفصیلات کو نوٹ کرنا۔
- ☆ انکے معنی مفہوم اور انکے درمیاں ربط اور تعلق کو سمجھنا۔
- ☆ نوٹ کی ہوئی تفصیلات کو ذہن میں باقاعدہ طور پر ترتیب دینا اور انھیں محفوظ رکھنا۔
- ☆ ضرورت کے مطابق ذہن میں محفوظ معلومات کا مناسب استعمال کرنا۔
- ☆ غیر مرئی (Abstract) یعنی نظر نہ آنے والے خیالات اور تصورات کو ذہنی طور پر سمجھنا اور منظم کرنا۔

☆ تجربات، خیالات اور تصورات کا موازنہ اور تجزیہ کرنا۔
☆ اس موزانہ اور تجزیہ کی بنیاد پر نتیجہ نکالنا او آئندہ کے متعلق اندازہ لگانا۔
☆ دماغ میں محفوظ مختلف تجربات اور تجزیوں کی بیناد پر صورت حال کے مطابق بر موقع موجود معلومات کا استعمال کر کے مسئلے کے حل کے لیے سوچنا غور کرنا اور مختلف متبادل طریقوں کو آزمانا۔
☆ سوچ اور فکر کو استعمال کر کے تجربات اور معلومات میں مضمر نکات کو نچوڑ کر نتیجے نکالنا۔
☆ دوسروں کی کہی سنی بات کو سمجھنا اور اپنا مدعا دوسروں تک پہنچانا۔

ذہانت کے متعلق چند باتیں جاننا ضروری ہیں

1) ذہانت اور سیکھنے کا عمل ایک دوسرے کو آگے بڑھاتے ہیں۔ ہر نئی سیکھی یا آزمائی ہوئی چیز ذہانت کی صلاحیتوں میں نئے راستے پیدا کرتی ہے، نئے دریچے کھولتی ہے جن کی مدد سے بتدریج اس سے زیادہ مشکل چیزوں کو سیکھنا ممکن ہوتا ہے۔

2) ذہنی صلاحیتوں کی نشو ونما، ان کا آگے بڑھنا اور انکی پختگی کا انحصار انکے استعمال پر ہے۔ جس صلاحیت کو جتنا زیادہ استعمال کیا جائے گا اس پر مہارت، اسکی پختگی اسکی خوبی اتنی ہی زیادہ ہوتی جائے گی۔ اس بیناد پر بچے میں کمزور ذہنی صلاحیتوں کو ان مشقوں سے بڑھایا جاسکتا ہے، جن میں اُس مخصوص ذہنی صلاحیت کے استعمال کا خصوصی موقع فراہم ہو۔

(3) کسی فرد میں بھی اور خصوصاً ذہنی پسماندہ بچے میں مندرجہ بالا ذہنی صلاحیتوں کی کارکردگی کے مختلف دائروں میں بہت فرق ہوسکتا ہے۔ ممکن ہے کہ دس سال کے درمیانہ درجہ کے کسی ذہنی پسماندہ بچے میں عام سوجھ بوجھ، بات چیت کرنے کی صلاحیت اور یادداشت 6-5 سال کے بچے کی سطح پر ہو لیکن دیکھی ہوئی شکلوں اور لائنوں کے موڑ توڑ کو ترتیب کے ساتھ منظم کرنے کی صلاحیت 3-2 سال کی سطح پر ہی رک گئی ہو۔ ایسا بچہ باتیں کرنے اور روزمرہ کے امور میں تقریباً نارمل نظر آئے گا لیکن ہندسوں اور حروف کی پہچان نہیں سیکھ سکے گا۔

(4) اسی لئے اگر کسی بچے کو سیکھنے کے عمل کے کسی دائرے میں مسلسل مشکلات اور ناکامی کا سامنا ہو تو اس کا معائنہ اور ٹمیسٹ کروالینا بہت ضروری ہے تاکہ معلوم ہوسکے کہ صلاحیتوں کا کون کونسا شعبہ کس سطح پر کام کر رہا ہے۔

ذہنی پسماندگی کے اسباب

ذہنی پسماندگی کے درج ذیل ممکنہ اسباب ہوتے ہیں۔ تاہم نامعلوم وجوہات بھی ہوسکتی ہیں۔
(الف) جینیاتی (GENETIC) اور زندگی کے ابتدائی مادے (CHROMOSOME) کے نقائص سے متعلق عوامل۔

جین وراثتی خصوصیات کا حامل ایک بنیادی یونٹ ہے۔ جین میں ہی طبعی، ذہنی اور شخصی خصوصیات کے لئے ہدایات موجود ہوتی ہیں۔ انہی ہدایات کے مطابق رحم مادر میں بچے کا پورا وجود تشکیل پاتا ہے۔ ہر جاندار میں اربوں کی تعداد میں جینز پائے جاتے ہیں اور یہ موروثی خصوصیات والدین سے بچے میں منتقل ہوتی ہیں۔

1) موروثی: ان عوامل میں سب سے اہم وجہ نسل در نسل خاندان میں آپس کی شادیاں ہیں۔ بعض خاندانوں میں خاندان سے باہر شادی کرنے کا رواج نہیں ہوتا انکے ہاں صرف قریبی رشتے داروں میں ہی شادیاں ہوتی ہیں۔ یہ ذہنی پسماندگی کی کچھ اقسام کا ایک بے حد اہم سبب ہوسکتا ہے۔

2) ابتدائی مادے کا نقص: زندگی کا ابتدائی مادہ یا کروموسوم ایک دھاگہ نما ساخت ہے۔ بچے کے رحم مادر میں وجود میں آنے کے وقت کروموسوم کے 23 جوڑے بنتے ہیں۔ ان میں سے کروموسوم کے جوڑے نمبر 21 میں ایک کروموسوم زیادہ ہو جاتا ہے۔ یعنی دو کے بجائے 3 ہو جاتے ہیں۔ اس صورت میں منگول (Down Syndrome) بچہ پیدا ہوتا ہے۔ اگر حمل ٹھہرنے کے وقت ماں کی عمر 35 سال سے زیادہ یا 18 سال سے کم ہو تو اس کا امکان زیادہ ہو جاتا ہے۔

3) قبل از ولادت یعنی دوران حمل عوامل (.Pre natal Factors) جو بچے میں ذہنی پسماندگی کا سبب بن سکتے ہیں۔
☆ انفیکشن اور خون میں زہر سرائت کرنا (Intoxication)

حمل کے ابتدائی 3 ماہ میں ماں کو اگر جرمن خسرہ ہو جائے تو بچے کا دماغ متاثر ہوتا ہے۔ جرمن خسرہ کی علامات میں، معمولی زکام، بخار اور صرف چہرے کے اوپر سرخ دھبے ہوسکتے ہیں۔ بالعموم اسکو معمولی نزلہ زکام سمجھ کر نظر انداز کر دیا جاتا ہے۔ ہر لڑکی کو اسکا ٹیکہ لگنا ضروری ہے۔ کچھ مضر مرکبات ایسے ہیں، جو دوران حمل خون میں شامل ہونے سے بچے کو نقصان پہنچاتے ہیں۔ ان میں کسی بھی قسم کی تیز دوائیں ہوسکتی ہیں یا گردہ کا عمل ٹھیک نہ ہونے کی وجہ سے زہریلے مرکبات خون

میں داخل ہو سکتے ہیں۔

☆ ماں کو ذیابیطس، بلڈ پریشر یا سانس کا مرض ہونا یا پھر وقتی طور پر صرف حمل کے دوران ہو جانا۔

☆ ماں میں خون اور غذائی کمی۔

اگر ماں کو مناسب مقدار میں متوازن خوراک جس میں اہم غذائی اجزاء شامل ہوں نہ ملے اور اسکو خون کی کمی ہو تو اس سے بچے کی نشو ونما متاثر ہوتی ہے۔

☆ ہضم شدہ خوراک کا جزو بدن نہ بننا (Metabolic Nutritional Factors):-

ہضم ہونے کے بعد خوراک بچے کے جسم تک نہ پہنچنا جس سے بچے کا جسم اور دماغ دونوں متاثر ہوتے ہیں، کبھی کبھی جس نظام کے تحت خوراک بچے تک پہنچتی ہے اس میں قدرتی طور پر خامی یا رکاوٹ ہوتی ہے۔

☆ ماں اور بچے کے خون میں (Rh factor) مختلف ہونا

ماں اور باپ میں ایک کا Rh factor اگر مثبت ہو اور ایک کا منفی تو دوران حمل ذہن کی نشو ونما متاثر ہو سکتی ہے۔

☆ والدین میں کسی ایک یا دونوں میں آیوڈین کی کمی

آیوڈین معدنیات کی ایک قسم ہے جو پانی اور خوراک میں پائی جاتی ہے۔ آیوڈین کی کمی کے باعث Thyroid Harmone تیار نہیں ہوتا اور اگر حمل کے دوران یا ذہنی نشو ونما کے زمانے میں اسکی کمی ہو تو بچے کی جسمانی اور ذہنی نشو ونما متاثر ہوتی ہے۔

☆ ایکسریز کے اثرات

حمل کے دوران خصوصاً پہلے تین ماہ میں ایکسریز اور الٹرا ساؤنڈ بچے کے دماغ کو متاثر کر سکتے ہیں۔

☆ چھوٹا سر (Microcephaly)

دوران حمل بچے کا سر اور دماغ کا سائز پوری طرح نہیں بڑھتا اسکا سر چھوٹا ہوتا ہے۔ اسکی وجہ سے اسکی ذہنی اور جسمانی نشو ونما متاثر ہوتی ہے۔

☆ بڑا سر (Hydrocephaly)

دماغ تین عدد جھلیوں کے اندر محفوظ رکھا گیا ہے۔ ان جھلیوں کے درمیان ایک خاص طرح کا رقیق مادہ گردش کرتا رہتا ہے۔ جھلیوں کے درمیان اس پانی کی مقدار زیادہ ہونے کے باعث دماغ کی نشو ونما اور کارکردگی متاثر ہوتی ہے۔ اس صورت میں سر اوسط سے زیادہ بڑا ہو جاتا ہے۔

☆ ریڑھ کی ہڈی پر نسوں کے گچھے اور ساتھ میں بڑا سر (Spina Bifida)

☆ کسی بھی سبب دوران حمل ماں کو آکسیجن کی کمی یا طویل بے ہوشی، جو کہ ماحول میں زہریلے اثرات یا اور کسی وجہ کے باعث بھی ہو سکتا ہے۔

☆ ماں اگر نشہ آور ادویات اور الکوحل یا سگریٹ وغیرہ کا استعمال کرے تو بچے کی ذہنی نشو ونما متاثر ہو سکتی ہے۔

دوران ولادت ذہنی پسماندگی کا سبب بننے والے عوامل

درج ذیل وہ عوامل ہیں جو بچے کی پیدائش کے وقت پیش آنے کی صورت میں ذہنی پسماندگی کا سبب بن سکتے ہیں۔

☆ قبل از وقت ولادت (Premature Birth)

☆ ولادت میں تاخیر (Prolong Labour)

☆ پیدائش کے وقت بچے کا وزن بہت کم ہونا (Premature by Weight)

ٹائم پورا ہونے کے بعد بھی ولادت میں تاخیر ذہنی پسماندگی کا سبب بن سکتی ہے۔ اسکے علاوہ بعض اوقات درد زہ ابھارنے کے لیے دوائی دی جاتی ہے وہ بھی ذہنی پسماندگی کا سبب بن سکتی ہے۔

☆ دوران پیدائش یا پیدائش کے فوراً بعد آکسیجن کی کمی:۔ بچہ پیدائش کے وقت نہ روئے تو اسکو آکسیجن نہیں ملتی اس سے اسکے دماغ کو نقصان پہنچ سکتا ہے۔ کبھی بچہ پیدا ہوتے ہی نیلا پڑ جاتا ہے۔ کبھی (Umbilical Cord) بچے کی گردن کے گرد لپٹنے کے سبب آکسیجن کی کمی سے دماغ کو نقصان پہنچ جاتا ہے۔

☆ پیدائش کے دوران اوزار (Forcep) کا لاپرواہی سے استعمال یا بچے کے ہاتھ سے پھسل کر گر جانے کے باعث دماغ کو نقصان پہنچ سکتا ہے۔

بعد از ولادت پسماندگی کا سبب بننے والے عوامل

- ☆ غیر تربیت یافتہ دائی کی لاپرواہی۔
- ☆ تیز بخار زیادہ عرصہ تک۔
- ☆ دست یا قے کی صورت میں یا تیز بخار اور شدید گرمی کی وجہ سے جسم میں پانی کی کمی۔
- ☆ دماغ کے خلیوں میں جراثیم کی سرائیت (انفیکشن)۔

گردن توڑ بخار (MENINGITIS) کی صورت میں سوزش اور ورم دماغ کی جھلیوں میں ہوتا ہے جس سے دماغ کے خلیوں کو نقصان پہنچ سکتا ہے خصوصاً اگر بچے کی عمر 5 سال سے کم ہے۔ اس سے بھی زیادہ سنگین صورت حال دماغ کے خلیوں میں سوزش اور ورم ہے جو دماغی بخار (ENCEPHALITIS) کہلاتا ہے۔

- ☆ اوائل عمری میں دورے (Epilepsy) پڑنے سے بھی دماغ کو نقصان پہنچ سکتا ہے۔
- ☆ پینٹ اور رنگوں میں موجود ایک خاص طرح کے زہریلے مادہ کا خون میں شامل ہو جانا (Lead Poisoning) بھی ذہن کے خلیوں کو نقصان پہنچا سکتا ہے۔
- ☆ ماحول میں موجود سیسہ گاڑیوں اور صنعتی کارخانوں سے نکلنے والا دھواں اور فصلوں پر چھڑکنے والی ادویات اگر بچے کے خون میں شامل ہوتی رہیں تو ذہنی نشوونما متاثر ہو سکتی ہے۔
- ☆ نشونما کے دوران آیوڈین کی کمی کے باعث ذھنی پسماندگی ہو سکتی ہے۔ دوا سے علاج ممکن ہے۔
- ☆ غذا کی کمی کے باعث اہم غذائی اجزاء مثلاً لحمیات (پروٹین) کی کمی سے دماغ کو نقصان ہو سکتا ہے۔ دوا سے علاج ممکن ہے۔

دماغی فالج (Cerebral Palsy)

دماغ کا وہ حصہ جو توازن اور حرکات و سکنات کو کنٹرول کرتا ہے، اس کو نقصان پہنچنے کے باعث دماغی فالج اور کبھی کبھی ساتھ میں ذہنی پسماندگی بھی ہوتی ہے۔ اس کا سبب پیدائش سے قبل، دوران ولادت یا بعد میں دماغ کو کسی وجہ سے چوٹ لگنے سے بھی ہو سکتا ہے۔ درج ذیل میں سے کوئی ایک یا زیادہ علامات ہو سکتی ہیں۔

- ☆ پٹھوں اور جوڑوں میں اکڑاؤ یا سختی
- ☆ غیر ارادی یا مسلسل حرکات
- ☆ جسمانی توازن کا مسئلہ
- ☆ پٹھوں کا نرم اور ڈھیلا ہونا

آٹزم (Autism)

بے تاثر چہرہ، نظر نہ ملانا اور لوگوں اور ماحول سے لاتعلقی، ہاتھ پاؤں انگلیوں کو بے وجہ مسلسل حرکت دیتے رہنا یا ہر وقت چلتے یا کرسی پر جھولتے رہنا۔ ہر وقت کوئی چیز ہاتھ میں رکھنا یا بار بار منہ میں ڈالنا یا کوئی مخصوص حرکت بار بار کرنا، بے مقصد خود سے باتیں کرتے رہنا۔ اور دوسروں سے بامعنی گفتگو میں حصہ نہ لینا، درد اور تکلیف کا احساس نہ ہونا۔ کچھ بچے مکمل Autistic بھی ہو سکتے ہیں اور کبھی کچھ بچوں میں ذہنی پسماندگی کے ساتھ مندرجہ بالا علامات میں سے کوئی ایک یا دو علامات بھی ہو سکتی ہیں۔

جذباتی و نفسیاتی دھچکہ اور نامناسب ماحول

اگر بچے کو کسی قسم کا جذباتی دھچکہ لگے مثلاً بعض اوقات والدین کی موت کے باعث بچہ بالکل الگ تھلگ اور خاموش ہو جاتا ہے اور لوگ اس کو نظر انداز کر دیتے ہیں اس سے بچے کی ذہنی کارکردگی متاثر ہوتی ہے۔ کبھی کبھی والدین کسی بچے پر توجہ نہیں دیتے۔ گھر میں اگر اس کا دوسرے بچوں سے موازنہ کیا جائے اور چھوٹی چھوٹی بات پر مارا پیٹا جائے یا برا بھلا کہا جائے اور سیکھنے کے لیے تحریک نہ ملے تو اس سے بچے کی ذہنی کارکردگی اور بعض اوقات رویے اور طور طریقوں کے مسائل جنم لیتے ہیں مثلاً بچہ ضدی ہو جاتا ہے، بہت غصہ والا ہو جاتا ہے یا پھر وہ اپنی ذات کو نقصان پہنچانے لگتا ہے اور لوگ اسکو جزوی یا کلی ذہنی مریض کا نام دینے لگتے ہیں۔

ہمارے معاشرے میں ذہنی پسماندگی کے متعلق کافی غلط تصورات پائے جاتے ہیں۔ اکثر لوگ انھیں بھوت پریت کا سایہ سمجھتے ہیں۔ مرگی کو جن بھوت کا قبضہ سمجھتے ہیں۔ کچھ والدین اپنے آپ کو مجرم یا اسے اپنے گناہوں کی سزا خیال کرتے ہیں۔ یہ سارے خیالات اور مفروضات قطعی بے بنیاد ہیں۔

ذہنی پسماندگی کی خصوصیات وعلامات

والدین اور دیگر اہل خاندان ابتداء ہی میں درج ذیل علامات وخصوصیات کی بنیاد پر ذہنی پسماندگی کی شناخت کرسکتے ہیں۔

1) نشوونما کے بنیادی مراحل میں تاخیر (Delayed Developmental Milestones)

ذہنی پسماندہ بچے کی ابتدائی نشوونما دیر سے ہوتی ہے یعنی گردن، سر ٹھہرنا بغیر سہارے کے بیٹھنا، قدم اٹھانا، لفظ بولنا اور جملے بولنا ایک عام بچہ جس عمر میں شروع کرتا ہے ذہنی پسماندہ بچہ یہ سب کام خاصی دیر سے سیکھتا اور کرتا ہے۔ درج ذیل میں ایک عام بچے کی ابتدائی نشوونما کے مختلف مراحل کی عمر دی گئی ہے، اس سے رہنمائی لی جاسکتی ہے۔

ابتدائی نشوونما کے مراحل	عمر
گردن، سر ٹھہرنا	3 ماہ
بغیر سہارے کے بیٹھنا	6-8 ماہ
پہلا لفظ بولنا	10-12 ماہ
بغیر سہارے کے چلنا	12-16 ماہ
ایک یا تین لفظوں کے جملوں میں اپنا مطلب بتانا (ممکن ہے الفاظ کا تلفظ صحیح اور واضح نہ ہو)	18-24 ماہ

ان مراحل میں غیر معمولی تاخیر پر ماہرین سے بچے کا معائنہ کروالینا ضروری ہے تاکہ اگر کسی قسم کی کوئی کمی یا کمزوری ہے تو اس کے لیے شروع ہی سے ضروری مشقیں اور اقدامات کیے جائیں تاکہ ایک مسئلہ دوسری صلاحیتوں کے آگے بڑھنے میں رکاوٹ نہ بن جائے۔

2) ذہنی صلاحیتوں میں کمی یا انکی نشوونما عمر کے مطابق نہ ہونا

☆ ماں یا مانوس چہروں کو دیکھ کر نہ مسکرانا جیسا کہ ایک نارمل بچہ ڈیڑھ دو ماہ کی عمر میں کرنے لگتا ہے۔
☆ اونچی آواز پر نہ چونکنا یا رونا۔
☆ اپنی ضروریات کی سمجھ مثلاً بھوکا یا گیلا ہونے پر نہ رونا یا انکا اظہار نہ کرنا۔
☆ خوش ہونے پر غوں غاں نہ کرنا۔ ایک عام بچہ 3-4 ماہ میں ایسا کرنے لگتا ہے۔
☆ 10-11 ماہ کی عمر کو پہنچنے کے بعد بھی اگر کھلونا گر جائے تو اسے تلاش کرنے کی کوشش نہ کرنا۔
☆ 10-12 ماہ کی عمر میں چھوٹی چھوٹی بات سمجھ کر دی گئی ہدایات پر عمل نہ کرنا مثلاً میرے پاس آؤ، منہ کھولو، مجھے دو، اٹھاؤ وغیرہ۔
☆ کھیل اور دوسری سرگرمیوں میں زیادہ دیر تک توجہ ایک جگہ مرکوز نہ رہنا، اردگرد کی چیزوں، آوازوں اور حرکات کو دلچسپی اور غور سے نہ دیکھنا۔
☆ 10-12 ماہ کی عمر میں بھی چھوٹی چھوٹی حرکات کی نقل نہ کرنا مثلاً تالی بجانا، ہاتھ اوپر کرکے ہلانا۔
☆ 12-14 ماہ کی عمر میں بھی اپنے جسمانی اعضاء سر، منہ، آنکھ، ناک، ہاتھ وغیرہ بھی پوچھنے پر اشارے سے نہ بتانا۔
☆ اپنی ضرورت کی چیز پہنچ سے دور ہونے کی صورت میں اسکو لینے کی کوشش نہ کرنا مثلاً اگر گیند میز کے نیچے چلی جائے تو اس کے نیچے جاکر تلاش کرنا یا گلاس میز پوش کھینچ کر حاصل کرنے کی کوشش کرنا۔ عام بچہ 16 سے 18 ماہ کی عمر میں ایسا کرتا ہے۔
☆ 2 سال کی عمر تک پہنچ کر بھی مختلف چیزوں میں تعلق قائم نہ کرسکنا مثلاً دو بلاکس کو ایک ساتھ نہ جوڑنا یا ہاتھ میں بیٹ دینے پر اس سے گیند کو مارنے کی کوشش نہ کرنا۔

☆ 16-18 ماہ کی عمر تک مختلف واقعات میں تعلق قائم کرنے کی صلاحیت میں کمی یا عدم موجودگی مثلاً ہارن کی آواز سن کر سمجھنا کہ ابو آگئے، یا ماں کو چادر یا برقعہ اٹھا کر دیکھتے ہوئے یہ اندازہ کرنا کہ ماں باہر جارہی ہے۔
☆ کھیل کود اور دوسرے بچوں کے ساتھ میل جول اپنی عمر کے مطابق نہ ہونا، اپنے سے چھوٹے بچوں کیساتھ کھیلنا یا بڑے افراد کے قریب رہنا جو اس پر زیادہ توجہ دیں اور اسکے چھوٹے موٹے کاموں اور حرکات کی تعریف کریں۔

درمیانے درجہ کی ذہنی پسماندگی

عمر کے ابتدائی سالوں میں نشو ونما اصل عمر کی آدھی یا ایک تہائی عمر کے برابر ہوتی ہے۔ مثلاً آٹھ سال کی عمر پر سیکھنے اور سمجھنے کی صلاحیتیں چار یا تین سال کی سطح پر ہوں گی۔ بڑھتی ہوئی عمر کے ساتھ یہ فرق زیادہ ہوتا جائے گا اور کچھ ذہنی صلاحیتیں ایک سطح پر پہنچ کر اس سے آگے نہیں بڑھیں گی۔

متوقع استعداد

بچے کی حرکات اور سکنات پر مہارت میں واضح کمی، اس کی زبان فہمی اور قوت گویائی میں عمر سے بہت زیادہ فرق اس کی شناخت کو آسان بنا دیتا ہے۔ ابتدائی سالوں میں ہی اگر خصوصی پلاننگ اور توجہ کیساتھ تربیت دی جائے تو عملی زندگی کے استعمال کے لیے بنیادی سطح پر لکھنا، پڑھنا، اعداد، وقت اور پیسوں کی پہچان اور ان کا آسان حساب کتاب سیکھ سکتا ہے۔ خصوصی تربیت سے اپنے روزمّرہ کے کام (کپڑے اتارنا، پہننا، نہانا، کپڑے دھونا، استری کرنا وغیرہ) خود کرنا سیکھ سکتا ہے۔ معاشرتی میل جول اور طور طریقوں کے مطابق کسی حد تک بغیر مدد کے کام انجام دے سکتا ہے۔ Sheltered Workshop میں زیر نگرانی پیشہ ورانہ تربیت حاصل کر کے کام بھی کر سکتا ہے۔ بالغ فرد کی حیثیت سے زندگی گزارنے کے لیے بہت سے اہم معاملات میں نگرانی اور رہنمائی کی ہمیشہ ضرورت رہے گی۔

شدید ذہنی پسماندگی

عمر کے ابتدائی سالوں میں کارکردگی اور سیکھنے کی صلاحیتیں اصل عمر کی ایک چوتھائی کے برابر ہوں گی۔ یعنی چھ سال کی عمر پر صلاحیت ایک سے ڈیڑھ سال تک نظر آئے گی۔ اگر بہت خصوصی طریقوں سے مسلسل تربیت پر توجہ نہ دی جائے تو ذہنی صلاحیتوں کی نشوونما اور کارکردگی اسی عمر پر رک سکتی ہے۔ یعنی جسمانی نشونما آگے بڑھتی رہے گی لیکن کارکردگی، عقل اور سمجھ کے اعتبار سے نشوونما ڈیڑھ سال کی عمر سے آگے نہیں جائے گی۔ اگر خصوصی طور پر ایک پروگرام کے تحت مسلسل سکھانے کے عمل پر کام کیا جائے تو یہ بچے بھی بڑے ہونے تک اپنے روزمرہ کے کام (کپڑے پہننا، نہانا دھونا وغیرہ) سیکھ سکتے ہیں۔

متوقع استعداد

مہارت کے ساتھ اعضاء کے استعمال کا عمل بہت تاخیر اور سست رفتاری سے ہوتا ہے اور اسی لئے بیٹھنے، چلنے اور اپنے ہاتھوں وغیرہ کا استعمال بہت زیادہ تاخیر سے ہوتا ہے۔ روزمرہ کے اپنے کام اور اپنی ضرورت پوری کرنے اور زبان فہمی اور قوت گویائی کی نشوونما خصوصی تربیت کے ساتھ بھی بہت معمولی ہوتی ہے۔ بالخصوص زبان فہمی اور قوت گویائی بہت ہی کم ہوتی ہے۔ زندگی گزارنے کے لیے ہمیشہ مدد اور نگرانی کی ضرورت رہتی ہے۔ ذہنی پسماندگی کے ساتھ اور بہت سے اضافی مسائل بھی ہو سکتے ہیں۔

سکول جانے والے بچے میں ذہنی پسماندگی کی تشخیص

اسکول میں بہت سے ایسے بچے ہوتے ہیں جو بہت مشکل سے سیکھتے ہیں۔ ٹیچر سے تعاون نہیں کرتے اور کئی سال ایک ہی جماعت میں فیل ہوتے رہتے ہیں۔ اساتذہ اور والدین انھیں نکما اور نالائق تصور کرتے رہتے ہیں۔ ممکن ہے ان میں کچھ بچے ذہنی پسماندہ ہوں یا ان میں وہ صلاحیتیں جو خاص طور پر پڑھنا اور لکھنا سیکھنے میں درکار ہوتی ہیں وہ عمر سے بہت پیچھے ہوں۔

عام طور سے ذہانت عام باتوں کی سوجھ بوجھ، زبان دانی پر مہارت اور اچھی یادداشت کو سمجھا جاتا ہے۔ جبکہ پڑھنا اور لکھنا سیکھنے میں یہ صلاحیتیں ثانوی حیثیت رکھتی ہیں۔ پڑھنا لکھنا سیکھنے میں خصوصی طور پر مندرجہ ذیل صلاحیتیں درکار ہوں گی۔

- ☆ دیکھی ہوئی شکلوں کی تفصیلات کو باریکی کیساتھ نوٹ کر کے ذہن میں محفوظ رکھنا۔
- ☆ شکلوں میں لائنوں کے موڑ توڑ اور سمت بندی کی صحیح تصویر ذہن میں اترنا۔
- ☆ حروف کی آوازوں کا الگ الگ صوتی ادراک (Sound perception)
- ☆ دیکھی ہوئی شکل اور متعلقہ آواز کو جوڑنے کی صلاحیت۔
- ☆ لفظوں میں استعمال ہونے والی ساری آوازوں کو ترتیب سے دیکھنا اور اسی ترتیب میں ادا کرنا (Sound Sequencing)

اگر ان میں سے کوئی بھی دو صلاحیتیں چار یا پانچ سال کی عمر سے پیچھے ہیں تو بچے کو پڑھنا سیکھنے میں مشکل یا ناکامی کا سامنا ہو سکتا ہے۔ اسی طرح حساب سیکھنے میں چند اور دوسری صلاحیتیں درکار ہوتی ہیں۔ بچے کی کلاس میں مسلسل ناکامی کی وجہ کو صرف شوق اور دلچسپی کی کمی سمجھ لینا صحیح نہیں ہے۔ کسی بھی بچے کے لئے مسلسل ناکامی اور اس پر بڑوں کی طرف سے محرومی کا احساس تکلیف دہ چیز ہے۔ بنیادی طور پر ہر بچے اور فرد کو کامیابی اور اچھی کارکردگی کی خواہش ہوتی ہے۔ جب اس کی کوششیں خاطر خواہ خوشگوار نتائج نہیں پیدا کرتیں تو وہ بد دل ہو کر اور ناکامی کے تلخ تجربے سے فرار حاصل

کرنے کے لئے کام پر توجہ دینا، دلچسپی لینا اور کوشش کرنا بھی چھوڑ دیتا ہے۔ اگر بچہ بہت عرصہ تک بار بار کوشش سے ایک چیز کو سکھانے کے باوجود نہیں سیکھتا اور کلاس میں مستقل زیادہ تر بچوں سے خاصا پیچھے چل رہا ہے تو جتنی جلد ممکن ہو بچوں کے ماہر نفسیات سے ٹیسٹ کروائیں تا کہ وجوہات کی نشاندہی کے بعد اگر ضرورت ہے تو اس کی کمزور صلاحیتوں کو آگے بڑھانے کے لئے ضروری مشقیں کروائی جائیں۔

ذہنی پسماندگی کی تشخیص کے بعد ان بچوں کے ساتھ کیا کیا جائے؟

اگر بچے میں بیان کی ہوئی ذہنی پسماندگی کی علامات نظر آئیں یا وہ دوسروں سے کچھ مختلف محسوس ہو تو فوراً کسی ماہر ڈاکٹر یا ماہر نفسیات اور خصوصی تعلیم کے ماہر سے رجوع کر کے اس کا مکمل معائنہ اور ٹسٹ کروائیں۔ تا کہ اس کے مسائل کی مکمل تشخیص اور اسکی کمزور اور بہتر صلاحیتوں کا اندازہ لگایا جا سکے۔ ذہنی پسماندہ بچوں کو اگر ابتدا ہی سے انکی کمزور صلاحیتوں کو آگے بڑھانے کے لئے مناسب توجہ، تربیت اور تعلیم کی سہولت مل جائے تو کافی بہتری کی صورت پیدا ہو سکتی ہے۔

والدین اور اساتذہ کا رویّہ

☆ ذہنی پسماندہ بچے کو دوسرے بچوں کی طرح قبول کیا جائے اور اس کے ساتھ بھی دوسرے بچوں کی طرح برتاؤ کیا جائے۔ اسے دوسرے لوگوں سے الگ تھلگ اور چھپا کر نہ رکھیں۔ دوسرے بچوں کی طرح سماجی ماحول اور تعلیم و تربیت اس کا بھی حق ہے۔ اگر اسکو بالکل الگ تھلگ رکھا گیا تو اس میں جو سیکھنے کی صلاحیت موجود ہے اس کو بھی زنگ لگ جائیگا۔

☆ اگر بچے سے اس کی سیکھنے کی صلاحیت کے مطابق زیادہ مشق اور کم رفتار کے ساتھ کام کروایا جائے تو ہر بچہ موجودہ صلاحیت کے مطابق کسی حد تک اپنے کام خود کرنے کے قابل ہو سکتا ہے۔ بچے کو غیر ضروری تحفظ فراہم نہ کریں۔ اس کا ہر کام محض اس لیے خود نہ کریں کہ وہ دیر لگاتا ہے یا آپ اس کو آرام دینا چاہتے ہیں۔ کیونکہ اس طرح وہ کبھی بھی کوئی کام خود نہیں سیکھ سکے گا اور ہمیشہ اپنے چھوٹے چھوٹے کاموں کے لیے دوسروں کا محتاج رہے گا۔

☆ جس طرح ہر انسان میں کچھ صلاحیتیں اور کچھ کمزوریاں ہوتی ہیں اسی طرح ان بچوں میں بھی کچھ صلاحیتیں ضرور موجود ہوتی ہیں۔ لہٰذا ان کی صرف کمزوریوں، خامیوں یا کمی پر نظر نہ رکھیں بلکہ ان میں موجود صلاحیت کو پرکھ کر اس کو استعمال کرنے میں اس کی حوصلہ افزائی کریں۔ متواتر مشق سے اس کی صلاحیتوں کو آگے بڑھایا جا سکتا ہے۔

☆ اس پر ہر وقت روک ٹوک نہ کریں۔ اس کی غلطی پر غصہ کرنے کے بجائے اسکی رہنمائی کریں۔ سکھایا جانے والا کام اسکو خود کر کے دکھائیں۔ کام کر کے دکھاتے ہوئے اسے بتاتے بھی رہیں کہ آپ کیا اور کس طرح کر رہے ہیں۔ بتاتے وقت اپنی آواز واضح اور پرسکون رکھیں۔ عمل کرتے ہوئے ہاتھ کی حرکات آہستہ رکھیں تا کہ بچہ واضح طور پر دیکھ اور سمجھ سکے۔

☆ بچے میں ضد پیدا ہونے سے بچانے کے لیے ضروری ہے کہ اگر بچے کی بات یا مطالبہ مناسب ہے اور آپ پورا کر سکتے ہیں تو پہلی دفعہ میں مان لیں۔ آپ کے انکار کی صورت میں رونے شور مچانے، غصہ اور توڑ پھوڑ کرنے پر اس کی بات ماننے سے گریز کریں ورنہ وہ اپنی بات منوانے کے لیے انہیں طریقوں کا عادی ہو جائے گا۔ البتہ اس کے مثبت رویے اور تعاون کرنے کو سراہنا نہ بھولیں۔

☆ جو بچہ اسکول میں ایک ہی کلاس میں بار بار فیل ہو رہا ہے، سب سے الگ تھلگ رہتا ہے اور بار بار سکھانے اور سمجھانے کے باوجود بھی ناکام رہتا ہے۔ اس کو نظر انداز نہ کریں۔ ٹیچرز اس کو سب کے سامنے برا بھلا نہ کہیں اور اس کی تذلیل نہ کریں۔ بلکہ تمام ٹیچرز آپس میں صلاح و مشورہ کرنے کے بعد اسکے مسائل اور مشکلات نوٹ کریں اور والدین کو بلا کر انھیں آگاہ کریں۔ تاہم خیال رکھیں کہ اس کا انداز شکایت کرنے والا، بچے اور والدین کو قصوروار ٹھہرانے والا نہ ہو۔ بچے کے سیکھنے کے مسائل کے بارے میں، اسکول اور گھر پر اس کے رویے کے بارے میں باہمی گفتگو کریں۔ ضرورت ہو تو کسی ماہر خصوصی تعلیم سے رجوع کریں۔ ممکن ہو تو اس کی ذہنی صلاحیتوں کے تجزیہ کے لیے ٹسٹ کروائیں۔

☆ کوشش کریں کہ اگر بچے کو سیکھنے یا توجہ کے معمولی مسائل یا مشکلات ہیں تو اس کو اگلی نشستوں پر بٹھائیں اور سبق کے دوران وقتاً فوقتاً یہ دیکھتے رہیں کہ اسے سمجھ میں آ رہا ہے تا کہ اسکی توجہ بھی برقرار رہے۔

☆ اگر ایسا بچہ اسکول میں تھوڑی سی انفرادی توجہ دینے سے آگے بڑھ سکتا ہے تو اس کے لیے سبق اور پلان اس کی ضرورت اور استعداد کے مطابق تیار کریں اور جہاں ضرورت ہو اس کی رہنمائی کریں۔ باقی کام مثلاً ڈرائنگ، آرٹ اور سپورٹس وغیرہ میں اسے دوسرے بچوں کے ساتھ رکھیں۔

☆ ایسے بچوں کے سلسلے میں والدین اور اساتذہ کو مہینے میں ایک بار مل کر ضرور بچے کی کارکردگی اور مشکلات کا جائزہ لینا چاہیے اور اس کے مطابق ہی اگلے مہینے کے لئے لائحہ عمل تیار کیا جائے۔ بچہ جو کچھ اسکول میں اور گھر میں سیکھ رہا ہے وہ ایک دوسرے کے علم میں لائیں اور جہاں ضرورت ہو ایک دوسرے کی رہنمائی کریں۔

☆ زبانی یاد کروا کے سکھانے کی کوشش کے بجائے صلاحیت کو پیدا کرنے اور آگے بڑھانے پر زور دیں۔

کرنے کے لئے کام پر توجہ دینا، دلچسپی لینا اور کوشش کرنا بھی چھوڑ دیتا ہے۔ اگر بچہ بہت عرصہ تک بار بار کوشش سے ایک چیز کو سکھانے کے باوجود نہیں سیکھتا اور کلاس میں مستقل زیادہ تر بچوں سے خاصا پیچھے چل رہا ہے تو جتنی جلد ممکن ہو بچوں کے ماہر نفسیات سے ٹیسٹ کروائیں تاکہ وجوہات کی نشاندہی کے بعد اگر ضرورت ہے تو اس کی کمزور صلاحیتوں کو آگے بڑھانے کے لئے ضروری مشقیں کروائی جائیں۔

ذہنی پسماندگی کی تشخیص کے بعد ان بچوں کے ساتھ کیا کیا جائے؟

اگر بچے میں بیان کی ہوئی ذہنی پسماندگی کی علامات نظر آئیں یا وہ دوسروں سے کچھ مختلف محسوس ہو تو فوراً کسی ماہر ڈاکٹر یا ماہر نفسیات اور خصوصی تعلیم کے ماہر سے رجوع کر کے اس کا مکمل معائنہ اور ٹسٹ کروائیں۔ تاکہ اس کے مسائل کی مکمل تشخیص اور اسکی کمزور اور بہتر صلاحیتوں کا اندازہ لگایا جا سکے۔ ذہنی پسماندہ بچوں کو اگر ابتدا ہی سے انکی کمزور صلاحیتوں کو آگے بڑھانے کے لئے مناسب توجہ، تربیت اور تعلیم کی سہولت مل جائے تو کافی بہتری کی صورت پیدا ہو سکتی ہے۔

والدین اور اساتذہ کا رویہ

☆ ذہنی پسماندہ بچے کو دوسرے بچوں کی طرح قبول کیا جائے اور اس کے ساتھ بھی دوسرے بچوں کی طرح برتاؤ کیا جائے۔ اسے دوسرے لوگوں سے الگ تھلگ اور چھپا کر نہ رکھیں۔ دوسرے بچوں کی طرح سماجی ماحول اور تعلیم و تربیت اس کا بھی حق ہے۔ اگر اسکو بالکل الگ تھلگ رکھا گیا تو اس میں جو سیکھنے کی صلاحیت موجود ہے اس کو بھی زنگ لگ جائیگا۔

☆ اگر بچے سے اس کی سیکھنے کی صلاحیت کے مطابق زیادہ مشق اور کم رفتار کے ساتھ کام کروایا جائے تو ہر بچہ موجودہ صلاحیت کے مطابق کسی حد تک اپنے کام خود کرنے کے قابل ہو سکتا ہے۔ بچے کو غیر ضروری تحفظ فراہم نہ کریں۔ اس کا ہر کام محض اس لیے خود نہ کریں کہ وہ دیر لگاتا ہے یا آپ اس کو آرام دینا چاہتے ہیں۔ کیونکہ اس طرح وہ کبھی بھی کوئی کام خود نہیں سیکھ سکے گا اور ہمیشہ اپنے چھوٹے چھوٹے کاموں کے لیے دوسروں کا محتاج رہے گا۔

☆ جس طرح ہر انسان میں کچھ صلاحیتیں اور کچھ کمزوریاں ہوتی ہیں اسی طرح ان بچوں میں بھی کچھ صلاحیتیں ضرور موجود ہوتی ہیں۔ لہذا ان کی صرف کمزوریوں، خامیوں یا کمی پر نظر نہ رکھیں بلکہ ان میں موجود صلاحیت کو پرکھ کر اس کو استعمال کرنے میں اس کی حوصلہ افزائی کریں۔ متواتر مشق سے اس کی صلاحیتوں کو آگے بڑھایا جا سکتا ہے۔

☆ اس پر ہر وقت روک ٹوک نہ کریں۔ اس کی غلطی پر غصہ کرنے کے بجائے اسکی رہنمائی کریں۔ سکھایا جانے والا کام اسکو خود کر کے دکھائیں۔ کام کر کے دکھاتے ہوئے اسے بتاتے بھی رہیں کہ آپ کیا اور کس طرح کر رہے ہیں۔ بتاتے وقت اپنی آواز واضح اور پرسکون رکھیں۔ عمل کرتے ہوئے ہاتھ کی حرکات آہستہ رکھیں تاکہ بچہ واضح طور پر دیکھ اور سمجھ سکے۔

☆ بچے میں ضد پیدا ہونے سے بچانے کے لیے ضروری ہے کہ اگر بچے کی بات یا مطالبہ مناسب ہے اور آپ پورا کر سکتے ہیں تو پہلی دفعہ میں مان لیں۔ آپ کے انکار کی صورت میں رونے شور مچانے، غصہ اور توڑ پھوڑ کرنے پر اس کی بات ماننے سے گریز کریں ورنہ وہ اپنی بات منوانے کے لیے انہیں طریقوں کا عادی ہو جائے گا۔ البتہ اس کے مثبت رویے اور تعاون کرنے کو سراہنا نہ بھولیں۔

☆ جو بچہ اسکول میں ایک ہی کلاس میں بار بار فیل ہو رہا ہے، سب سے الگ تھلگ رہتا ہے اور بار بار سکھانے اور سمجھانے کے باوجود بھی ناکام رہتا ہے۔ اس کو نظر انداز نہ کریں۔ ٹیچرز اس کو سب کے سامنے برا بھلا نہ کہیں اور اس کی تذلیل نہ کریں۔ بلکہ تمام ٹیچرز آپس میں صلاح و مشورہ کرنے کے بعد اسکے مسائل اور مشکلات نوٹ کریں اور والدین کو بلا کر انھیں آگاہ کریں۔ تاہم خیال رکھیں کہ اس کا انداز شکایت کرنے والا، بچے اور والدین کو قصوروار ٹھہرانے والا نہ ہو۔ بچے کے سیکھنے کے مسائل کے بارے میں، اسکول اور گھر پر اس کے رویے کے بارے میں باہمی گفتگو کریں۔ ضرورت ہو تو کسی ماہر خصوصی تعلیم سے رجوع کریں۔ ممکن ہو تو اس کی ذہنی صلاحیتوں کے تجزیہ کے لیے ٹسٹ کروائیں۔

☆ کوشش کریں کہ اگر بچے کو سیکھنے یا توجہ کے معمولی مسائل یا مشکلات ہیں تو اس کو اگلی نشستوں پر بٹھائیں اور سبق کے دوران وقتاً فوقتاً یہ دیکھتے رہیں کہ اسے سمجھ میں آ رہا ہے تاکہ اسکی توجہ بھی برقرار رہے۔

☆ اگر ایسا بچہ اسکول میں تھوڑی سی انفرادی توجہ دینے سے آگے بڑھ سکتا ہے تو اس کے لیے سبق اور پلان اس کی ضرورت اور استعداد کے مطابق تیار کریں اور جہاں ضرورت ہو اس کی رہنمائی کریں۔ باقی کام مثلاً ڈرائنگ، آرٹ اور سپورٹس وغیرہ میں اسے دوسرے بچوں کے ساتھ رکھیں۔

☆ ایسے بچوں کے سلسلے میں والدین اور اساتذہ کو مہینے میں ایک بار مل کر ضرور بچے کی کارکردگی اور مشکلات کا جائزہ لینا چاہیے اور اس کے مطابق ہی اگلے مہینے کے لئے لائحہ عمل تیار کیا جائے۔ بچہ جو کچھ اسکول میں اور گھر میں سیکھ رہا ہے وہ ایک دوسرے کے علم میں لائیں اور جہاں ضرورت ہو ایک دوسرے کی رہنمائی کریں۔

☆ زبانی یاد کروا کے سکھانے کی کوشش کے بجائے صلاحیت کو پیدا کرنے اور آگے بڑھانے پر زور دیں۔

12) زبان فہمی اور دی گئی ہدایات پر عمل کرنا سکھانے کے لیے بچے کی سمجھ کے مطابق اس کو چھوٹی چھوٹی ہدایات دیں پہلے ایک ہدایت جیسے گیند مجھے دو، دروازہ کھولو۔ پھر ایک ساتھ دو ہدایات مثلاً ڈبہ بند کر کے میز پر رکھ دو وغیرہ۔ جب وہ عمل کرے تو خوشی کا اظہار کریں۔ ہدایات دینے سے پہلے خیال رکھیں کہ بچہ ان الفاظ کے معنی سمجھتا ہے جو ہدایات میں استعمال کیے جارہے ہیں۔
بولنا سکھانے کے لیے ضروری ہے کہ بچہ پہلے مختلف آوازوں کو نقل کر سکتا ہو۔ لہذا پہلے یہ دیکھیں کہ بچہ کون سی آوازوں کی نقل کر لیتا ہے۔ پھر ان آوازوں سے چھوٹے چھوٹے اور آسان الفاظ ادا کرنا سکھائیں۔ مثلاً اگر بچہ ب اور ل کی آواز نکال سکتا ہے۔ تو اس کو بال، بالی، وغیرہ۔ اسی طرح جو آوازیں وہ نکال سکتا ہے ان کو استعمال کرتے ہوئے مزید الفاظ بولنا کھائیں۔ پھر رفتہ رفتہ سیکھے ہوئے الفاظ سے ملا کر چھوٹے چھوٹے جملے بولنا سکھایا جا سکتا ہے۔ یہ سکھانے کے لیے آپ خود وہ الفاظ واضح انداز میں اس طرح بولیں کہ وہ آپ کے ہونٹوں اور زبان کی جنبش کو دیکھ سکے اور پھر اس کی نقل کر کے بولے۔ مثلاً آپ اس سے سوال کرتے ہیں کہ 'امی کہاں ہیں؟' ابتدا میں ہوسکتا ہے کہ وہ صرف جواب دے' گھر' تو آپ پورا جملہ بولیں' امی گھر پر ہیں'۔ ممکن ہے بچہ صرف دو الفاظ کا جملہ بولے یعنی' امی گھر' جس کا مطلب ہے امی گھر پر ہیں۔ آپ یہ پورا جملہ بولیں۔ بچے کو ابتدا ہی میں بڑے جملے بولنا نہ سکھائیں۔ اگر بچہ تتلا کر بولتا ہے لیکن جملے کی ترتیب درست ہے تو اسکو قبول کریں۔
13) لکھنا، پڑھنا اور حساب کتاب جو عملی زندگی میں کام آئے۔ لیکن پڑھنا لکھنا اور حساب اس وقت سکھانا شروع کیا جانا چاہیے۔ جب مندرجہ بالا زیادہ تر صلاحیتیں اور کارکردگی کم سے کم 5-4 سال تک کی عمر تک ہو۔
ضرورت اس بات کی ہے کہ بچے کی حرکات وسکنات، اس کے عمل اور ردعمل کا بغور مشاہدہ کر کے یہ دیکھا جائے کہ بچہ کتنا جانتا اور سمجھتا ہے اور اس کو کیا سکھانے کی ضرورت ہے۔ سب سے پہلے بچے کو وہ کام سکھائیں جن کی سب سے زیادہ ضرورت ہے اور جو دوسری مہارتیں سیکھنے میں بھی رکاوٹ بن رہے ہیں۔ مثلاً اپنے پورے جسم کا استعمال؛ جسم کا توازن برقرار رکھتے ہوئے مختلف حرکات، انگلیوں اور آنکھوں کا ساتھ ساتھ مہارت کے ساتھ استعمال، شانے سے لے کر ہاتھ تک کا ضرورت کے مطابق مہارت سے استعمال۔ یہ مہارتیں اسے اپنے روزمرہ کے کام خود کرنا سیکھنے کے لئے درکار ہوں گی اس لئے پہلے توجہ ان مہارتوں کے حصول پر ہونی چاہیے۔ اس کام یا مرحلے سے شروع کریں جو آسان ہو اور پھر بتدریج آسان سے مشکل کی طرف جائیں۔ تاکہ بچہ کامیابی کے تجربات سے گزرے اور اسے بار بار ناکامی کا احساس بددل نہ کردے۔ مزید یہ کہ اس کی دلچسپی کا بھی خیال رکھیں۔ جن چیزوں میں اس کی دلچسپی ہوگی وہ جلدی اور آسانی سے سیکھے گا۔ کوشش کریں کہ کام کو دلچسپ بنا کر پیش کریں مثلاً کھیل کھیل میں اور کہانی وغیرہ کی شکل میں۔
بچے کو سکھانے کا وقت مقرر کریں اس کو بٹھانے سے پہلے تمام ضروری اشیاء تیار رکھیں اور اتنی ہی دیر کام کروائیں جتنی دیر وہ پوری توجہ دے سکتا ہو۔ اس کے بیزار ہونے یا خود اٹھ کر بھاگ جانے سے پہلے کام ختم کردیں۔ اس کی توجہ کا دورانیہ کم ہوتا ہے لہذا اس میں بتدریج اضافہ کریں
بچہ کسی کام کو جلدی نہیں سیکھے گا۔ ضرورت کے مطابق اس کو اس وقت تک مشق کروائیں جب تک وہ بغیر کسی کی مدد کے اس کام کو خود کرنے لگے۔ ابتداء میں بچہ خود کام نہ کرسکے تو آپ اس کا کام خود نہ کردیں بلکہ اس کام کو چھوٹے چھوٹے حصّوں میں تقسیم کریں اور ایک وقت میں ایک ایک حصے پر اپنی رہنمائی سے اسے مہارت کی حد تک پہنچائیں۔ رہنمائی کے طریقے یہ ہوسکتے ہیں:

(i) آہستہ حرکات کے ساتھ خود کر کے دکھانا، زبان سے بولتے بھی رہیں کہ آپ کیا اور کیسے کر رہے ہیں۔

(ii) اس کا ہاتھ پکڑ کر اس کی رہنمائی کرنا اس طرح کہ مثلاً بچہ کنگھی کرنا سیکھ رہا ہے تو کنگھا بچے کے ہاتھ میں ہو اور اس کے ہاتھ کے اوپر آپ کا ہاتھ ہو اور ضرورت کے مطابق حرکت دیں۔

(iii) زبانی اور ہاتھ کے اشارے دینا۔ مثلاً بچہ جراب پہن رہا ہے۔ اور رک گیا ہے تو زبانی اشارہ دیا جاسکتا ہے یا اوپر، نیچے کھینچنے کے لئے ہاتھ سے اشارہ دیا جاسکتا ہے اور ساتھ میں زبانی بھی بتاتے رہیں۔

تاہم یہ خیال رکھیں کہ بچہ جس کام میں مہارت حاصل کرنے لگے تو بتدریج اس مدد اور رہنمائی میں کمی کرتے جائیں۔ ایک دم سے مدد کو ختم نہ کریں۔

کام مکمل کرنے پر بچے کو کوئی انعام دیں، یا اس کو شاباش دیں اور اس کی تعریف کریں۔ اس سے ایک تو اسے یہ معلوم ہوگا کہ کام اس نے صحیح کیا ہے۔ اس میں اعتماد آئے گا، وہ اسکو دوبارہ کرنے کی کوشش کرے گا اور اس کی دلچسپی میں اضافہ ہوگا لیکن آپ کو یہ معلوم ہونا چاہیے کہ بچہ کس چیز سے خوش ہوتا ہے، کون سی چیز اس کے لیے انعام کی حیثیت رکھتی ہے۔ بعض بچے صرف تالی بجانے اور شاباش کہنے سے خوش ہوتے ہیں جب کہ بعض بچوں کے لیے ضرور کوئی کھانے پینے کی چیز یا کوئی کھلونا انعام ہوتا ہے۔ سیکھنے والے کام کرنے پر جو چیز انعام کے طور پر دی جائے وہ اور کسی وقت بچے کو نہیں ملنی چاہیے ورنہ اس کی اہمیت ختم ہو جائے گی۔
بچے کو جو بھی ہدایت دیں وہ آسان اور سادہ الفاظ میں اس کی سمجھ کے مطابق ہو۔ واضح الفاظ ہوں اور اگر ضرورت ہو تو دہرانا بھی چاہیے ہر دفعہ ہدایات میں الفاظ اور جملہ وہی استعمال کریں۔ اُسی بات کو مختلف طرح سے نہ کہیں۔

بچے کے ساتھ زیادہ سے زیادہ اور ضرورت کے مطابق بات چیت کریں بچکانہ انداز نہ اپنائیں۔ جب بچہ بات کرے تو مکمل توجہ سے سنیں اور پھر اپنی بات کریں، اس کو درست کر کے بولیں اور جب آپ بولیں تو کوشش کریں کہ بچے کی نظر آپ کے چہرے کی طرف ہو تا کہ وہ آپ کے ہونٹوں کی حرکات کا مشاہدہ کر سکے مثلاً اگر بچہ گلاس کو گاس کہتا یا اس کی طرف اشارہ کرے یا یہ یا وہ کہہ کے اپنا مطلب نکالنا چاہے تو آپ خود لفظ گلاس واضح طور پر اس کے سامنے زور دے کر بولیں۔

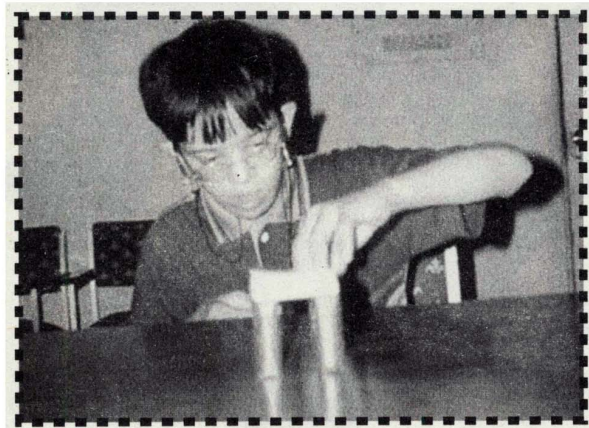
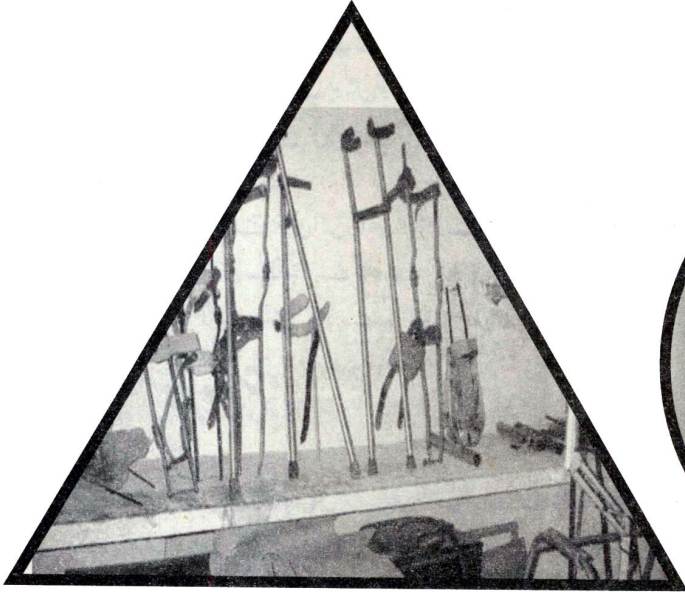
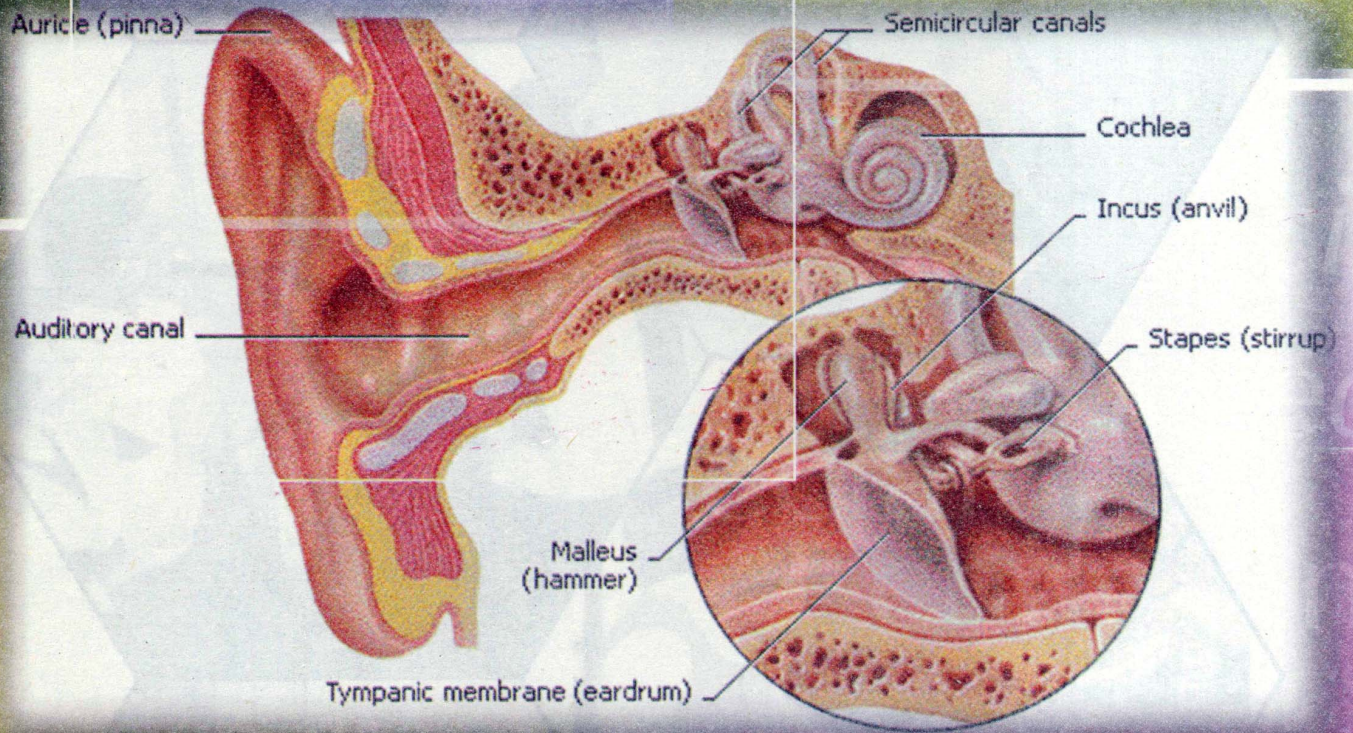
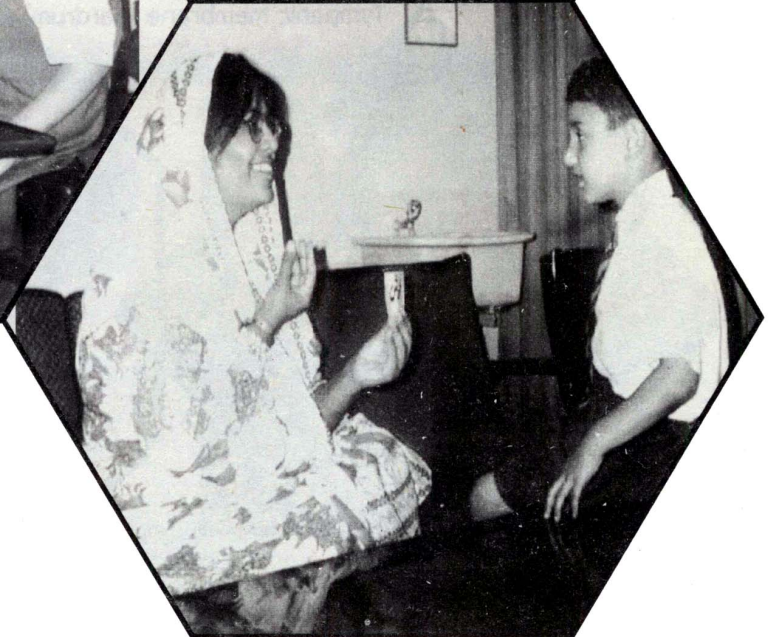
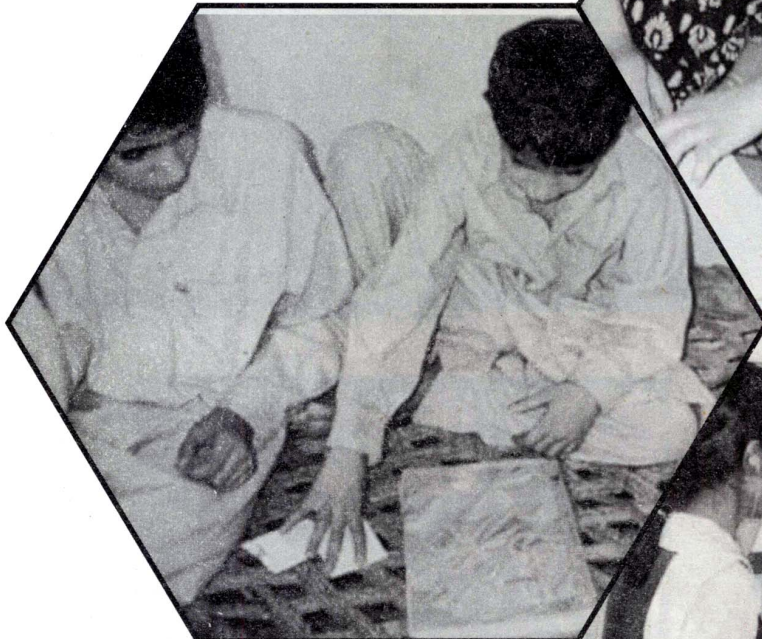
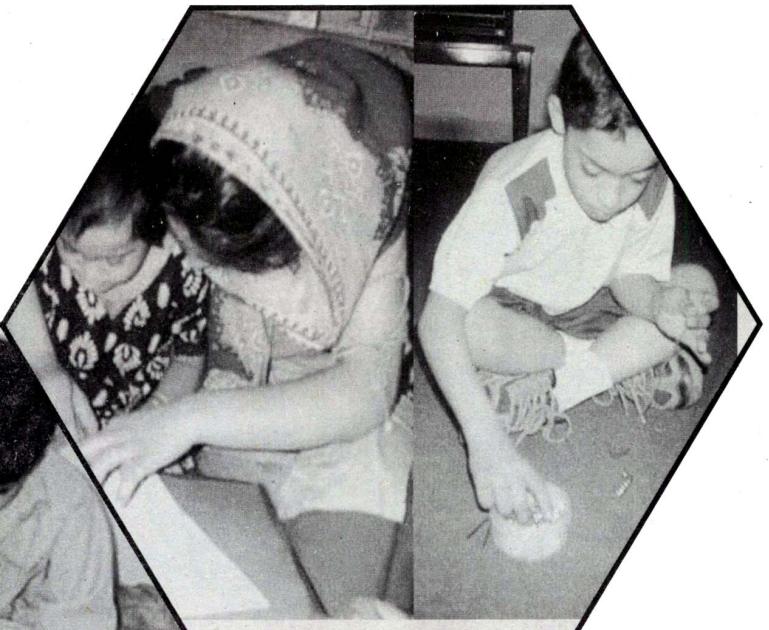
بچے کو جو کام آپ سکھانا چاہتے ہوں اس کام کو چھوٹے چھوٹے ٹکڑوں میں تقسیم کر لیں کیونکہ ذہنی پسماندہ بچے کے سیکھنے کی رفتار سست ہوتی ہے۔ وہ پورا کام ایک دفعہ میں نہیں سیکھ سکتا اس لیے چھوٹے چھوٹے ٹکڑوں میں سکھائیں۔ اس طرح بچے کو ناکامی کا سامنا کم ہوگا اور سکھانے والا بھی بچے کو سکھانے سے بیزار نہیں ہوگا۔ کسی کام کو ٹکڑوں میں تقسیم کرنے کی ایک مثال درج ذیل ہے۔

کام:- جراب پہننا،

مرحلہ

1) جراب کو دو انگلیوں اور انگوٹھوں کی مدد سے دونوں طرف سے پکڑنا۔
2) دونوں طرف سے کھینچ کر منہ کو بڑا کرنا۔
3) جراب کو پنجے پر چڑھانا۔
4) ایڑی تک لانا۔
5) جراب کو ایڑی کے اوپر فٹ کرنا۔
6) شکنوں کو برابر کرنا۔
7) جراب اوپر تک سیٹ کرنا۔

چند ایسے کام ہیں جس میں اگر بچے کو سکھانے کا عمل الٹی طرف (یعنی مرحلہ سات) سے شروع کیا جائے تو بچے میں کام کا مقصد اور اس کی تکمیل کا احساس پیدا ہوتا ہے۔ اور اعتماد میں اضافہ ہوتا ہے۔ بچے کو مرحلہ 6 تک جراب خود پہنا دیں اور مرحلہ 7 اس کو خود کرنے دیں۔ اسی طرح پچھلے مرحلوں کی طرف آتے جائیں۔ بچے کو کھانا کھانا سکھانا، کپڑے پہننا وغیرہ اس طریقے سے آسانی کے ساتھ سکھائے جاتے ہیں۔

سماعت کے مسائل
Auricle (pinna)
Semicircular canals
Cochlea
Incus (anvil)
Auditory canal
Stapes (stirrup)
Malleus
(hammer)
Tympanic membrane (eardrum)

- دھماکے کی آواز سے اچانک اور فیکٹری یا مل کے شور، صوتی آلودگی سے رفتہ رفتہ سماعت کا متاثر ہونا۔
- مضرِ صحت ادویات کا کثرت سے استعمال۔
- سننے کے اعصاب کا دماغی رسولی یا کسی اور وجہ سے متاثر ہونا۔
- دماغ میں Sclerosis یا Syphilis بیماری کا ہونا۔
- دماغ میں خون کی نالیوں کا متاثر ہونا۔
- ذہنی پسماندگی یا دماغی طور پر کمزور ہونا۔
- بڑھاپے کا بہرہ پن۔
- خوراک کی شدید کمی کی وجہ سے اعصاب کا متاثر ہونا۔
- کان کے اندرونی حصہ (جو کہ گھونگا نما شکل کا ہے) میں موجود بالوں کا مڑ جانا۔
- ہسٹیریا کے اثرات سے نفسیاتی طور پر سماعت اور بول چال کا متاثر ہونا۔

ج) ملا جلا نقص: (Mixed Hearing Loss)

کان کے اندرونی، درمیانی اور بیرونی تینوں حصوں میں اگر نقص پایا جاتا ہو تو یہ ملا جلا نقص کہلاتا ہے۔ نقص کان کے خواہ کسی حصے میں ہو اس کی کچھ وجوہات ہوتی ہیں۔ آیئے اب ہم ان وجوہات کا جائزہ لیں، جن کی بناء پر سماعت متاثر ہو سکتی ہے۔ تاکہ ہم نہ صرف بہرے پن کو سمجھ سکیں بلکہ بروقت اس سے بچاؤ کی تدابیر بھی کر سکیں۔

الف) پیدائش سے پہلے کی وجوہات:

- موروثی یعنی بہرہ پن والدین میں متاثرہ جین (Gene) کی موجودگی سے بچوں کو منتقل ہوتا ہے۔
- ماں کا دورانِ حمل Rubella بیماری سے متاثر ہونا۔
- ماں کا دورانِ حمل Syphilis بیماری سے متاثر ہونا۔
- ماں اور بچے کے خون میں (Rh factor) کا آپس میں نہ ملنا۔
- مانعِ حمل ادویات کا دورانِ حمل استعمال۔
- اینٹی بایوٹک اور دیگر مضرِ صحت ادویات کا ابتدائی تین ماہ کے دوران استعمال مثلاً:

  Streptomycin
  Gentamycin
  Quinine
  Asprin وغیرہ۔

- تمباکو اور شراب کا دورانِ حمل استعمال۔
- جینیاتی (Genetic) وجوہات میں کان کی نالی کا بند ہونا یا چھوٹا رہ جانا۔
- سننے کے اعصاب کا صحیح نہ ہونا۔
- حمل کے پہلے تین ماہ میں ایکسرے یا دیگر تیز شعاعوں سے بار بار گزرنا۔

ب) دورانِ پیدائش وجوہات:

- طویل اور پیچیدہ دردِ زہ (Labour Pain)۔
- دورانِ پیدائش اوزاروں کا استعمال۔
- بچے کا اُلٹا پیدا ہونا۔
- پیدائش بذریعہ آپریشن ہونا۔

(ج) پیدائش کے بعد کی وجوہات:

- کان کی میل (Ear wax)
- کان میں پھپھوندی (Fungus)
- کان کی نالی میں بال توڑ چھالے کا ہونا۔
- کان کے اندرونی حصے میں کسی چیز کا داخل ہونا۔
- کان کی نالی میں سوزش (Inflammation)

سماعت میں نقص کی نشاندہی

بچے کے وہ رویے جو بہرہ پن کی نشاندہی کرتے ہیں درج ذیل ہیں:

1) نوزائیدہ بچے کے قریب بیٹھ کر ذرا تیز آوازیں نکالیں تو عموماً بچے کے پپوٹوں میں ہلکی سی حرکت ہوتی ہے۔ اگر کسی بچے کے پپوٹوں میں آواز پر یہ حرکت نہ نظر آئے تو معالج کو بتائیں۔

2) عموماً تین سے چھ ماہ تک کا بچہ اپنی ماں کی آواز پر جاگ پڑتا ہے یا اگر رو رہا ہو تو خاموش ہو جاتا ہے۔ اگر کوئی بچہ ایسا نہیں کرتا تو ہمیں فکرمند ہونا چاہیے۔

3) سات سے دس ماہ تک کے بچے کو اگر اپنے ماحول سے کوئی آواز آئے مثلاً ٹیلی فون کی گھنٹی کی، کتے کے بھونکنے کی تو وہ گردن گھما کر دیکھتا ہے۔ لیکن سماعت سے محروم بچہ ایسی کسی آواز پر نہیں چونکے گا۔

4) گیارہ سے پندرہ ماہ تک کا بچہ بڑوں کے پوچھنے پر کہ فلاں چیز کہاں ہے؟ ۔۔۔ چیز یا فرد کی طرف اشارہ کرتا ہے یا اپنے مخصوص انداز میں کچھ کہتا ہے۔ اگر کوئی بچہ ایسا نہیں کرتا تو ہو سکتا ہے کہ اس کے سننے کی حس کمزور ہو۔

5) ڈیڑھ سال کے بچے سے اگر ہم یہ پوچھیں کہ آپ کی آنکھ کہاں ہے؟، ناک کہاں ہے یا پنکھا کہاں ہے تو وہ سمجھتا بھی ہے اور ٹوٹی پھوٹی زبان میں جواب بھی دیتا ہے۔ اگر کوئی بچہ ایسا نہیں کرتا ہے تو ہم اس کی سماعت کے بارے میں فکرمند ہوں گے۔

6) دو سال کا بچہ اتنا سمجھ دار ہوتا ہے کہ اگر اُسے کہیں کہ میری ٹوپی لے آؤ یا گڑیا کہاں ہے ؟ یا ابو کہاں ہیں؟ تو وہ اپنے رویہ سے یہ تاثر دیتا ہے کہ اُس نے ہدایت کو سنا ہے۔ اور وہ ہدایت پر عمل بھی کرتا ہے۔ لوگوں اور چیزوں کے نام پکارتا ہے امی، ابو، تایا، مم (پانی) وغیرہ۔ ٹی وی، ریڈیو کی آواز میں دلچسپی کا اظہار بھی کرتا ہے۔ مخصوص تان (ردھم) پر تھرکتا بھی ہے وہ چند الفاظ ملا کر ایسا جملہ بھی ادا کر دیتا ہے جس سے مطلب واضح ہو جاتا ہے لیکن گرامر کی غلطیاں اس میں ضرور ہوتی ہیں مثلاً بابا گاڑی آفس یعنی بابا گاڑی پر آفس گئے وغیرہ۔ یہ سب کچھ بچہ اس لئے کرتا ہے کہ وہ یہ الفاظ اپنے ماحول میں سنتا رہتا ہے۔ اگر ہم محسوس کریں کہ دو سال کی عمر کو پہنچنے پر بھی بچہ الفاظ نہیں بولتا ہے تو اس کی سماعت چیک کروائیں۔

7) ڈیڑھ سے دو سال کے بچے کو آپ چھوٹی چھوٹی ہدایات دے کر مطلوبہ کام کروا سکتے ہیں، مثلاً مجھے گیند دو؟ پینسل پکڑو، کرسی پر بیٹھ جاؤ وغیرہ۔ وہ دوسرے کمرے سے آنے والی ٹی وی کی آواز کو سمجھتا ہے اور فوراً بھاگا آتا ہے۔ اگر کوئی بچہ ایسا نہیں کرتا تو اس کو کانوں کے ماہر ڈاکٹر کو دکھائیں۔

8) ڈھائی سال کی عمر کے بہت سے بچے کسی نظم کا مصرعہ یا گانے کے بول اپنی ٹوٹی پھوٹی زبان میں دہرانے لگتے ہیں۔ بچہ یہ چاہتا ہے کہ امی یا بابا جی اُس کو نظم سنائیں۔ وہ دروازے کی گھنٹی پر چونکتا ہے۔ اور آہٹ سے اندازہ لگا لیتا ہے کہ کون آیا ہے۔ وہ ٹھیلے والے کی آواز کو پہچاننے لگتا ہے اور کبھی کبھی اس کی آواز لگا کر سب کے محظوظ ہونے کا باعث بھی بنتا ہے۔ جب کہ سماعت سے محروم بچہ زیادہ سے زیادہ اپنی ماں کا دامن گھسیٹ کر اپنی ضروریات کا اظہار کرتا ہے۔

9) صحیح سماعت رکھنے والا چار سال کا بچہ چھوٹا موٹا واقعہ بھی بیان کر سکتا ہے۔ اور دوسری ہدایات مثلاً ابو کو بلا لاؤ اور کھو کہ کھانا کھا لیں پر عمل بھی کر سکتا ہے اور اپنے مطالبات اور خواہشات لفظوں میں دوسروں تک پہنچا سکتا ہے۔ اگر کوئی بچہ ایسا نہیں کرتا تو گمان غالب ہے کہ وہ درست طریقے سے سن نہیں رہا ہے۔

10) چار سال کے بعد سن کر سمجھنے اور بولنے کی صلاحیت اتنی نشوونما پا چکی ہوتی ہے کہ خاندان کے علاوہ دوسرے لوگ بھی اس کی بات کو سمجھ لیتے ہیں۔ وہ بڑی بڑی باتیں کرتا ہے۔ قصے بیان کرتا ہے، کچھ بچے پلے گروپ میں داخلہ لے لیتے ہیں اور گرامر کے مطابق جملے بولنا شروع کر دیتے ہیں۔ اگر کوئی بچہ اس عمر کو پہنچنے پر بھی زباندانی کی مکمل نشوونما کا مظاہرہ نہیں کرتا تو والدین کو فکر کرنی چاہیے اور بچے کو کسی ماہر سماعت کو دکھانا چاہیے۔

11) چار سال کے بعد (خواہ بچہ پلے گروپ میں داخل ہو چکا ہو یا نہیں) بچے کی زبان مکمل نشوونما پا چکی ہوتی ہے وہ استاد کے نزدیک بیٹھا ہو یا دور بیک وقت تین مرحلے رکھنے والی ہدایات کو سمجھتا ہے اور ان پر عمل کرتا ہے۔ مثلاً اٹھو، جوتا پہنو اور دروازہ بند کر کے آؤ۔ لیکن کبھی کبھی ایسا بھی ہوتا ہے کہ بچہ اساتذہ یا والدین کے قریب بیٹھا ہو تب ان کی بات کو سمجھتا ہے لیکن اگر وہی ہدایات ذرا دور سے دی جائیں تو درج ذیل رویہ اختیار کرتا ہے۔

☆ تذبذب میں مبتلا ہو جاتا ہے (پریشان دکھائی دیتا ہے)
☆ 'جی؟' 'ہیں؟' کے الفاظ دہراتا ہے۔
☆ اپنا کان بات کہنے والے کی طرف موڑ لیتا ہے۔
☆ خاموشی سے اپنی جگہ پر بیٹھا رہتا ہے۔
☆ اِملا کی غلطیاں کرتا ہے۔

اگر ایسی صورت حال کا سامنا ہو تو اساتذہ / والدین کو غور کرنا چاہیے کہ کہیں بچے کو سننے میں دقت تو نہیں ہو رہی ہے۔

12) اگر آئے روز بچے کے کان میں تکلیف رہتی ہو تو اساتذہ / والدین کو بچے کی سماعت کے متاثر ہونے کے خدشہ سے آگاہ رہنا چاہیے۔

13) عموماً بچے گھر اور سکول کی سرگرمیوں میں بڑھ چڑھ کر حصہ لیتے ہیں۔ اگر کوئی بچہ خاموش خاموش الگ تھلگ رہتا ہے تو اساتذہ / والدین کو چاہیے کہ وہ اس معاملہ کی چھان بین کرائیں اور پتہ کریں کہ کہیں بچے کی سننے کی حس تو متاثر نہیں ہے یا بولنے کی صلاحیت کی صحیح نشوونما نہیں ہوئی ہے۔

14) بعض بچے بولنے والے کی ہر بات کے جواب پر صرف مسکراہٹ کا اظہار کرتے ہیں۔ یا صرف چند مخصوص الفاظ میں کہی گئی بات کا جواب دیتے ہیں ایسے بچوں کی سماعت یا گفتار کی درستگی کے بارے میں یقین کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ گویا بچے کا ہر غیر معمولی رویہ اس بات کی طرف اشارہ کرتا ہے کہ بچے کی سماعت و گفتار کی درستگی کے بارے میں اپنے شکوک و شبہات دور کرلیں۔

تدابیر برائے بہتر تعلیم و تربیت

1) سماعت سے محروم بچے کی پیدائش پر بے چینی اور مایوسی کا شکار ہونے کے بجائے اُسکی تعلیم و تربیت کے بارے میں منصوبہ بندی کریں۔

2) بچے کی معذوری کو رضائے الٰہی سمجھ کر قبول کرلیں اس سے آپ کے دل کو قرار اور صبر آجائے گا۔ رضائے الٰہی پر صبر کر کے آپ جذباتی کیفیت پر قابو پالیں گے اور دماغ سے کام لینا شروع کردیں گے۔

3) بچے میں بھی احساسِ محرومی پیدا نہ ہونے دیں۔

4) بچے میں اس ایک کمی کے باوجود بہت سی صلاحیتیں موجود ہیں۔ اس کی صلاحیتوں کو اجاگر کرنے اور اسے ان کے استعمال کے بہتر سے بہترین مواقع فراہم کریں۔

5) بچے کو کسی ای۔ این۔ ٹی کے ماہر کو دکھائیں اور اس کی ہدایات پر عمل کریں۔

6) بچے کو ماہرِ آڈیولوجسٹ (سماعت کا ٹیسٹ کرنے کا ماہر) کے پاس لے جائیں اور ضرورت کے مطابق بچے کو آلہ سماعت لیکر دیں۔

7) بچے کے کان کے سائز کا ایرمولڈ بنوائیں۔

8) آلہ سماعت کو باقاعدگی سے استعمال کرائیں۔ ابتداء میں جب بچہ اچھے موڈ میں ہو تو خاموش ماحول میں، کھیل کھیل میں استعمال کرا کے آوازوں سے متعارف کرائیں۔

9) بغور جائزہ لیں کہ آلہ سماعت کسی طرح سے بھی بچے کے لئے تکلیف کا باعث تو نہیں بن رہا ہے۔

10) اگر آلہ سماعت سے کسی طرح سے بھی بچے کو تکلیف پہنچ رہی ہو تو وقتی طور پر اس کا استعمال موقوف کردیں اور دوبارہ استعمال کا وقفہ رفتہ رفتہ بڑھائیں۔ تکلیف کی وجہ دریافت کریں اور اس کو دور کریں۔

11) بچے کو ترغیب دیں کہ جب کوئی بات کر رہا ہو تو اس کے چہرے کے تاثرات اور ہونٹوں کی حرکات سے بات کو سمجھنے کی کوشش کرے۔

12) سماعت سے محروم بچے کے ساتھ چھوٹے چھوٹے جملوں اور الفاظ کے واضح تلفظ کے ساتھ رک رک کر بات کریں تاکہ بچہ ہونٹوں کی حرکت اور آنکھوں اور چہرے کے تاثرات سے بھی لفظوں کو سمجھنا سیکھے۔

13) کوئی تصور واضح کرنے کے لئے اصل چیز / ماڈل یا تصویر استعمال کریں۔ (مثلاً اگر بچے کو پھول کے بارے میں بتانا چاہتے ہیں تو اس کو پھول دکھائیں او رپھر پھول کہہ کے دکھائیں)۔

14) سماعت سے محروم بچے کے ساتھ زیادہ سے زیادہ بات کریں تاکہ وہ مسلسل مشق کی مدد سے اس کو سیکھ سکے۔

15) بچے کی عمر اور دلچسپی کے مطابق بات کریں مثلاً چھوٹے بچوں کے ساتھ کھلونوں اور کھانے کے بارے میں بات کریں۔

16) موقع محل کے مطابق بات کریں۔ مثلاً نہلانے کے وقت چھوٹے چھوٹے جملے جیسے یہ صابن ہے، یہ پانی ہے، آؤ ہاتھ صاف کریں۔

17) جب بھی بچہ آپ کی طرف دیکھے تو بامعنی اور دلچسپ بات ضرور کریں تاکہ بچے کو آپ کے ہونٹوں کے ہلنے سے مطلب سمجھ میں آنے لگے۔

18) جس شئے کے متعلق بات کریں اُس کو پکڑ کر ہونٹوں کے پاس کرلیں تاکہ بچے کو اصل چیز کو دیکھ کر اور ساتھ میں ہونٹوں کی حرکات سے اس چیز کا نام سمجھنا اور اس کی ادائیگی سمجھ میں آنے لگے۔

19) اگر ممکن ہو تو اپنے علاقے میں موجود ادارۂ خصوصی تعلیم برائے محرومی سماعت اطفال سے رابطہ کریں اور مناسب تکنیک سیکھ کر اپنے بچہ کی تعلیم و تربیت شروع کریں۔

20) بچہ تھوڑا بڑا ہو جائے تو تحریری زبان کی اہمیت وضرورت واضح کرنے کے لئے چیزوں کے نام تحریری شکل میں دکھائیں۔اس کی ابتداء بچے کی پسندیدہ اشیاء سے کریں۔

21) گھر میں بچے کے مشاہدہ اور استعمال میں آنے والی اشیاء کے نام کی پرچی اس چیز پر لگا دیں 'یہ کرسی ہے' 'یہ تکیہ ہے'،'یہ بیڈروم ہے'۔'یہ ڈریسنگ ٹیبل ہے'، وغیرہ، جب بچہ روزانہ ان چیزوں کو دیکھے گا تو وہ تحریری الفاظ اور اشیاء میں مناسبت پیدا کرلے گا اور اُس کا ادراک بڑھے گا۔

22) بچہ جب سکول جانے کی عمر کو پہنچ جائے تو اس کو خصوصی تعلیم کے سکول میں داخل کرا دیں۔تعلیم کے دوران سکول کے ساتھ مکمل رابطہ رکھیں۔ سکول کی زبان دانی کی سرگرمیوں کو گھر پر دہرائیں تا کہ بچہ جو الفاظ سکول سے سیکھ کر آئے آپ بھی اس میں شامل ہو سکیں اور بچے کی بات چیت کو سمجھنے کی پوری کوشش کریں۔اساتذہ کے ساتھ مل کر براہ راست تجربے، تصویری مشاہدے، پڑھے ہوئے الفاظ کے دہرانے سے بچے کو بات چیت کرنے والی دنیا میں بحال کریں

23) بچوں کو ان کی معذوری کے باعث گھر میں محدود نہ کردیں بلکہ اُن کو بھی اپنے ہم عمر بچوں کے ساتھ کھیل وغیرہ میں شامل رکھیں، چاہے اس کے لئے ابتداء میں آپ کو خود بچے کے ساتھ لگنا پڑے۔

24) اِن بچوں کو اپنے ساتھ پارٹیوں، شادیوں، پکنک پر لے کر جائیں اور کسی جگہ بھی ان کے ساتھ خصوصی طریقہء کار سے بات چیت کرتے ہوئے شرمندگی ر گھبراہٹ محسوس نہ کریں۔وہ آپ کا بچہ ہے اس کی بہتری کے لئے آپ ہر جگہ کام کریں۔(لوگوں کی پرواہ نہ کریں)اس طرح سے آپ کے بچے میں خوداعتمادی آئے گی۔

25) ان بچوں کو ہر بات پیار سے سمجھائیں۔اپنی الجھن کا اثر ان پر نہ پڑنے دیں۔اس کے ساتھ اپنے دوسرے سننے والے بچوں کی طرح رویہ رکھیں۔ اکثر بہت خصوصی یا ہمدردی کے رویہ سے بھی بچہ میں احساس محرومی زیادہ ہو جاتا ہے۔اسے غلط بات پر اُسی طرح ڈانٹیں جس طرح آپ اپنے دوسرے بچوں کو ڈانٹتے ہیں۔اور ہر اچھے عمل پر شاباش دیں اور چہرے پر خوشی کے تاثرات لائیں۔

26) اِن بچوں کو کبھی بھی بے وقوف اور کم عقل سمجھ کر نظرانداز نہ کریں۔اِن کی ذہنی صلاحیتیں ٹھیک ہوتی ہیں۔بلکہ ان بچوں میں مشاہدے کی صلاحیت اور دیکھی ہوئی چیزوں اور حرکات کی باریکی کو نوٹ کرنے کی صلاحیت بے پناہ ہوتی ہے۔اگر ان کی ان دو صلاحیتوں کو استعمال کروا کے آگے بڑھایا جائے تو وہ ہر چیز کو دیکھ کر سیکھ لیتے ہیں۔اس لئے اُن کو براہ راست تجربے کے مواقع فراہم کریں۔

27) اِن بچوں کی تعلیم حاصل کرنے کا انحصار اُن کی سماعت کی خرابی کی شدت پر ہے۔جن بچوں کی سماعت معمولی طور پر متاثر ہو وہ آلہ سماعت کی مدد سے عام سکول میں تعلیم حاصل کر سکتے ہیں۔بشرطیکہ والدین گھر پر ان کی بھرپور مدد کریں۔اس کی وضاحت باب کے آخر میں دی گئی ہے۔

28) جن بچوں میں درمیانی یا انتہائی درجے کی سماعت کی خرابی ہو اُن کو کم سے کم ابتدائی پرائمری درجہ کی تعلیم کے لئے خصوصی ادارہ میں داخل ہونا چاہیے۔وہ کم از کم میٹرک یا انٹرتک تعلیم حاصل کر سکتے ہیں۔

29) اِن بچوں کو دستکاری یا کسی بھی ہاتھ کی مہارت کے کام میں ماہر بنایا جاسکتا ہے۔وہ دیکھ کر ہر قسم کا کام کرنا بہت جلد سیکھ جاتے ہیں اور با آسانی سرانجام دے سکتے ہیں۔اور اِس طرح معاشرے کے مفید شہری بن سکتے ہیں۔

سماعت کی معمولی خرابی والے بچے

مکمل طور پر سماعت سے محروم یا شدید سماعت کی خرابی رکھنے والے بچوں کی ابتدائی تعلیم وتربیت خصوصی تعلیمی ادارے برائے سماعت اطفال میں ہی مناسب طریقے سے ہو سکتی ہے۔ان اداروں کے اساتذہ ان بچوں کے ساتھ بات چیت کرنے اور تعلیم وتربیت بہم پہنچانے کے سلسلے میں خاطر خواہ طور پر تربیت یافتہ ہوتے ہیں۔ سماعت کی معمولی خرابی رکھنے والے بچے عام سکولوں میں تعلیم حاصل کر سکتے ہیں مگر اس کے لئے سکول کے سربراہ اور اساتذہ کو چند باتوں کا خاص طور پر خیال رکھنا ہو گا۔

1) والدین کے ساتھ مل کر اسکول کا سربراہ اس بات کو یقینی بنائے کہ بچہ اپنا آلہِ سماعت پابندی کے ساتھ درست طریقے سے لگا کر سکول آئے گا۔اگر ضرورت ہو تو والدین کو آلہِ سماعت کے صحیح استعمال کے طریقہ کار کے متعلق معلومات حاصل کرنے کے لئے کسی ماہر کے پاس بھیجیں۔

2) ایسے بچے کو نسبتاً کم تعداد والے سیکشن میں خوش مزاج، چست اور ہمدرد استاد کے ساتھ رکھا جائے تو بہتر ہو گا۔

3) والدین کو یہ بات اچھی طرح سمجھا دی جائے کہ وہ پڑھائے جانے والے اسباق کی بنیادی معلومات کو گھر پر پہلے تیار کروائیں گے تا کہ کلاس میں جب وہ سبق پڑھایا جائے تو بچہ پورے طور پر خوداعتمادی کے ساتھ اس کو سمجھ سکے۔

4) کلاس ٹیچر سے کہا جائے کہ وہ اپنے سیکشن کے دوسرے بچوں سے آلہِ سماعت کو متعارف کروائے تا کہ دوسرے بچے اسے نہ تو عجیب نظروں سے دیکھیں اور نہ اس سے کھیلنے کی کوشش کریں۔ کلاس ٹیچر کو یہ بھی چاہیے کہ وہ اس سماعت کی معمولی خرابی والے بچوں کی دوستی عام بچوں سے کروائے اور اس کی اچھی باتوں اور دوسری صلاحیتوں کو اجاگر کر کے دوسرے بچوں کے سامنے لے آئے۔

5) بچے کے والدین کے لئے ضروری ہے کہ ایک طے شدہ پروگرام کے تحت اسکول کے سربراہ اور متعلقہ اساتذہ کے ساتھ پابندی سے ملاقات جاری رکھیں تا کہ بچے کے تعلیمی مسائل بروقت حل کر لئے جائیں۔

اساتذہ اور والدین کے لئے چند رہنما اصول

1) سماعت سے محروم بچے کو اپنے قریب ترین ڈسک پر اس طرح بٹھائیں کہ جب آپ اس سے بات کریں تو روشنی آپ کے چہرے پر پڑ رہی ہو، تا کہ بچہ آپ کے چہرے کے تاثرات اور ہونٹوں کی حرکات کو واضح طور پر دیکھ سکے۔

2) بات کرتے وقت استاد اور بچے کا چہرہ آمنے سامنے تقریباً ایک ہی سطح پر ہو، یعنی اگر بچہ بیٹھا ہے تو اس سے بیٹھ کر بات کریں۔ غرض یہ ہے کہ بچہ آپ کے ہونٹوں کی حرکات اور چہرے کی کیفیات کو واضح طور پر دیکھ سکے۔ اس طرح اسے ہونٹ کی حرکت اور چہرے کے اتار چڑھاؤ سے بھی بات کو سمجھنے کی مشق ہوتی رہے گی۔

3) بچے سے عام آواز میں ٹھہر ٹھہر کر بات کریں۔ اونچی آواز میں چیخیں نہیں۔ ہونٹوں کو معمولی حرکت دے کر یا برابر رکھ کر بات نہ کریں، جیسے کہ ہم عام طور پر بولتے وقت کرتے ہیں۔ آوازوں کے مطابق ہونٹ کی حرکت اور جنبش کو متعلقہ سمت میں پورے طور پر موڑیں۔ مثلاً پھول کہتے وقت ہونٹ کو پہلے گول کریں اور اسی طرح ل کی آواز نکالیں۔

4) چھوٹے اور آسان جملے میں بات کریں۔ جملے کا تسلسل نہ توڑیں۔

5) بچے کے زباندانی کے مسئلے کو ہر وقت زیرِ غور رکھیں اور اس کی زباندانی کی نشوونما پر زیادہ زور دیں۔ مثلاً اگر بچہ کسی چیز کی طرف اشارہ کرتا ہے یا آپ کو پکڑ کر گھسیٹتا ہے تو اسے نرمی سے سمجھائیں اور مناسب جملہ مہیا کریں۔

6) کسی بھی تصور کو واضح کرنے کی لئے اصل چیز، ماڈل، تصویر وغیرہ دکھائیں۔

7) ہر چیز کے ساتھ اسکے نام کا Tag لگا دیں تا کہ اصل چیز اور اسکا تحریری نام بچے کے سامنے رہے تو وہ جلد سیکھ جائے گا۔

8) معلومات فراہم کرنے کے لئے بار بار دہرانے (Repetition) کی پالیسی پر عمل کریں۔

9) بچوں کو براہ راست تجربہ سے گزاریں مثلاً بازار لے جا کر خریداری کروائیں۔ چڑیا گھر، پوسٹ آفس وغیرہ لے کر جائیں۔

10) بچے کی سماعت کی مناسب تربیت کریں۔ مختلف آوازیں سنوائیں، آوازوں میں امتیاز کروائیں وغیرہ وغیرہ۔

11) لب خوانی کی تربیت کروائیں یعنی بچے کو مائل کریں کہ جب آپ بول رہے ہوں تو وہ آپ کے لبوں کی طرف دیکھے اور بات کو سمجھے۔

12) کہی ہوئی بات کو سمجھنے کی تربیت کروائیں یعنی چہرے کے تاثرات، سر کی جنبش، جسم کی حرکت، ہونٹوں کی حرکت اور اشارے وغیرہ سے بچہ پیغام وصول کرے۔

13) جو بچے بالکل سن نہ سکتے ہوں اور ابھی پڑھنا لکھنا بھی نہ جانتے ہوں انھیں اشاروں کی زبان سکھائیں۔ اشاروں کی زبان کی کتابیں نیشنل انسٹیٹوٹ آف سپیشل ایجوکیشن جی 7/2، اسلام آباد کی مرتب کردہ، اسی پتے پر موجود ہیں۔ اس سے متعلق معلومات حاصل کرنے کے لئے فون نمبر 9215872 (اسلام آباد) پر رابطہ کیا جا سکتا ہے۔

14) ثقل سماعت کے شکار بچوں میں ذہانت کی کمی نہیں ہوتی لہٰذا ان کو وہی نصاب پڑھایا جا سکتا ہے جو عام بچوں کو پڑھاتے ہیں۔ تاہم لمبے لمبے جملے اور طویل اقتباسات کو آسان جملوں میں تبدیل کر کے مختصر اور واضح کر دیا جاتا ہے۔ خصوصی تعلیم کے اداروں میں عام نصاب ہی مناسب ترامیم کے ساتھ پڑھایا جاتا ہے۔

15) تصورات کی وضاحت کے لئے رابطہ کلی (Total Communication) کا طریقہ اختیار کیا جاتا ہے۔ اس طریقے میں سننا، بولنا، لکھنا، اشاراتی زبان، چہرے کے تاثرات اور جسم کی حرکات وغیرہ استعمال کر کے بات کو سمجھنا اور معلومات کو حاصل کرنا شامل ہے۔

بصری خامیاں

زیرِ نظر باب میں ہم بصری کمزوری کے مختلف پہلوؤں سے متعلق بنیادی معلومات فراہم کریں گے۔ اس میں بعض اصطلاحات کا ذکر بھی کیا جائے گا۔ بصری کمزوری کی تشخیص کرنا اور اسکے لئے مطابقت حاصل کرنے کے طریقوں کے بارے میں بھی بتایا جائے گا۔

بصری خامیوں کی وجوہات

بصارت کے مسائل کی مختلف وجوہات ہوسکتی ہیں جن میں بصری نظام کے کسی حصے میں خرابی یا بے قاعدگی کی وجہ سے دیکھنے کا عمل کمزور یا ختم ہوسکتا ہے۔
وجوہات میں بصری نظام کے اہم حصے قرنیہ (Cornea)، آنکھ کا پردہ (Retina)، عدسہ (Lens)، بصری نس (Optic Nerve) اور اعصابی نظام (Nervous System) میں کسی خرابی کا واقع ہونا شامل ہے۔

بصری خامیاں پیدا کرنے والے عوامل

پیدائش سے قبل اگر اس نظام میں خرابی واقع ہو تو اس کا تعلق اکثر وراثت سے ہوتا ہے۔ ایک صورت یہ بھی ہوسکتی ہے کہ حمل کے دوران بصری نظام درست طریقے سے نشوونما نہ پاسکے۔ پیدائش کے بعد ایسا اس وقت ہوسکتا ہے جب کوئی حادثہ یا آنکھ کی بیماری لاحق ہو جائے۔ اس سے قطع نظر کہ خامی کب اور کیوں ہوئی یہ بات اہم ہے کہ اس بیماری کی شناخت جلدی کر لی جائے تا کہ اس کا سد باب کیا جاسکے۔

i) قرنیہ کی خرابی:

قرنیہ آنکھ کی پتلی کے سامنے لگی ہوئی ایک جھلی ہے جس سے گزر کر روشنی آنکھ کے اندر کے حصوں میں داخل ہوتی ہے۔ ترقی پذیر ممالک میں بصری کمزوری کی ایک بنیادی وجہ قرنیہ کی خرابی ہے۔ قرنیہ جراثیم، چوٹ یا آنکھ کی کسی بیماری کے باعث خراب ہوسکتا ہے۔ نتیجتاً پورا قرنیہ غیر شفاف ہوجاتا ہے اور اس پر جگہ جگہ شگاف پڑ جاتے ہیں۔ اگر روشنی قرنیہ سے صحیح طرح سے نہ گزر سکے تو بصارت متاثر ہوتی ہے۔ قرنیہ میں خرابی پیدا کرنے والی چند بیماریاں یہ ہیں:

آشوب چشم CONJUNCTIVITIS:

اس میں آنکھیں سرخ ہوجاتی ہیں۔ ان میں جلن ہونے لگتی ہے اور آنکھوں سے پانی جاری رہتا ہے۔ اس کا علاج آنکھوں میں مرہم یا عرق گلاب کے قطرے ڈال کر اور آنکھوں کو صاف پانی سے دھو کر صاف رکھنے سے کیا جاتا ہے۔ بظاہر یہ معمولی سا مسئلہ ہے لیکن آشوب چشم کے دوران آنکھوں کی صفائی کا خاص خیال رکھنا چاہیے۔ کسی صاف اور نرم کپڑے یا ٹشو پیپر سے ہلکے ہاتھ سے آنکھ صاف کریں۔ آنکھ کو ملیں نہیں اور اس پر بغیر دھوئے ہوئے ہاتھ نہ لگائیں۔

وٹامن اے کی کمی XEROPH THALMIA:

جیسا کہ نام سے ظاہر ہے کہ یہ وٹامن اے کی کمی کی وجہ سے ہوتی ہے۔ اس میں ابتدا میں قرنیہ خشک ہونا شروع ہو جاتا ہے اور اس پر شگاف پڑ جاتے ہیں۔ آنکھ کے اندرونی حصہ Retina پر بھی اس کے اثرات پڑتے ہیں اور بصارت کمزور ہوجاتی ہے۔ کم روشنی یا رات کے وقت کم نظر آتا ہے یا بہت کم نظر آتا ہے۔ اس بیماری کی وجہ ہرے پتوں والی سبزیوں، پھلوں، انڈوں، اور دودھ کے استعمال کی واضح کمی ہے کیونکہ ان اشیاء سے وٹامن اے وافر مقدار میں حاصل ہوتا ہے۔ اس کے علاج کے لئے وٹامن اے کی چند خوراکیں دی جاتی ہیں۔

خسرہ Measles:

خسرہ ہونے کی صورت میں اگر وٹامن اے کی کمی ہو جائے تو اس سے بھی قرنیہ پر برا اثر پڑتا ہے اور قرنیہ کے زخموں کی وجہ سے نابینا پن واقع ہوسکتا ہے۔ خسرہ ہونے کی صورت میں بھی آنکھوں کا خاص طور سے خیال رکھیں اور اگر اس میں کوئی بھی تکلیف محسوس ہو تو آنکھوں کے ڈاکٹر کو بھی دکھادیں۔

ککرے Trachoma:

آنکھ کی اندرونی شفاف تہہ پر اگر سوزش ہو جائے اور پپوٹوں پر ہلکے ہلکے دانے نکل آئیں تو یہ قرنیہ پر خراش کا باعث بنتے ہیں اگر ان کا بروقت علاج نہ کیا جائے تو یہ بیماری نابینا پن بھی پیدا کرسکتی ہے۔ چہرے اور آنکھ کو صاف پانی سے دھونا اس بیماری میں بہت معاون ثابت ہوتا ہے۔

پہننے کا کام سیکھے گا جبکہ بعد کے اہداف میں جوتوں کے تسمے باندھنا اور قمیض کے بٹن لگانا، بیلٹ وغیرہ باندھنا بھی شامل ہو جائے گا۔

ج) مطابقتی اہداف

ان میں بچے کی بصری کمزوری یا معذوری کی وجہ سے اپنے ماحول میں مطابقت حاصل کرنے کے لئے طریقہ کار سیکھنے سے متعلق اہداف متعین کئے جاتے ہیں۔ ان میں حرکت پذیری (Mobility) اور ماحول سے واقفیت (Orientation) کی مہارتیں اور ان کے ساتھ چھونے اور سمعی مہارتوں کی تربیت شامل ہوتی ہیں۔ تا کہ بچہ ان تربیتوں کے ساتھ ممکنہ حد تک بغیر کسی کی مدد کے اپنے روزمرہ کے ماحول میں چل پھر سکے۔ ایک عام فرد کی طرح دوسروں سے بات چیت کر سکے۔

پڑھنے اور لکھنے کے ذریعہ کا انتخاب:

بصری معذوری کے حامل بچے کو عام بچوں سے ہٹ کر پڑھنے اور لکھنے کے لئے کئی متبادل طریقہ کار کی ضرورت ہوتی ہے ان میں درج ذیل طریقے شامل ہیں:۔

(1) پرنٹ کے سائز میں تبدیلی

بصری کمزوری کے حامل بچوں کو عام پرنٹ پڑھنے میں دشواری کا سامنا ہوتا ہے لہٰذا جو پرنٹ ان کو دیا جائے اسکا سائز اتنا ہو کہ وہ آسانی سے اس کو دیکھ اور پڑھ سکیں۔ پرنٹ کو بڑا اور واضح دکھانے کے لئے مختلف طریقے ہیں؛

☆ پرنٹ کو بڑے سائز میں تیار کیا جائے۔

☆ پرنٹ کو نزدیک سے بڑا دکھایا جائے۔

☆ الفاظ کے پس منظر اور سیاہی میں واضح تضاد کو مزید نمایاں کیا جائے۔

☆ عدسے (Magnifier) کی مدد سے پرنٹ کو مزید بڑا کر کے دیکھا یا جائے۔

(2) بریل سسٹم

یہ سسٹم پڑھنے اور لکھنے کے لئے وضع کیا گیا ہے جن میں ابھرے ہوئے نقطوں کو مختلف حروف کے متبادل کے طور پر ایک علامت کی شکل میں سیکھا جاتا ہے۔ اسے پڑھنے کیلئے انگلی کے پور کا استعمال کیا جاتا ہے اسے لکھنے کے لئے یا تو سلیٹ استعمال کی جاتی ہے یا پھر پرکن ریلر (Perkin Brailer) نامی مشین سے بریل لکھنے کا کام لیا جاتا ہے۔

(3) سمعی مہارتیں:

بصری معذور بچوں کے لئے معلومات اکٹھی کرنے کا بہترین طریقہ سمعی مہارت کو کام میں لانا ہے۔ تعلیم میں مختلف کتابوں کو کیسٹوں پر ریکارڈ کر کے بچوں کو سنایا جاتا ہے۔ بصری معذور بچے کے تعلیمی ماحول کو اسکے مطابق بنانے کے لئے مختلف طریقے اختیار کئے جاتے ہیں۔

(ا) جزوی بینا بچے: Partially Sighted Children

☆ کمرے میں روشنی کی مقدار کو بچے کی سہولت کے مطابق بنانا۔

☆ سیٹوں کو بچے کی بصارت کے مطابق ترتیب دینا، کمزور نظر والے بچے کو آگے بٹھانا اور زیادہ روشنی کی ضرورت والے بچے کو کھڑکی کے نزدیک بٹھانا وغیرہ۔

☆ فرنیچر کا ہلکے رنگوں اور غیر چمکدار سطح کا ہونا چاہیے۔

☆ مختلف اشیاء یا تصویروں میں واضح بیرونی خطوط سے اشیاء کو اجاگر کیا جانا۔

☆ پڑھانے کے لئے ایسی امدادی اشیاء کا استعمال کیا جانا جن میں تصویروں یا اشیاء کی واضح شکلیں اور سطح نظر آئے۔ رنگوں کا استعمال ایسا ہو کہ تمام رنگ الگ الگ پہچانے جائیں۔

☆ پڑھائی کے دوران کمرے میں شور شرابے سے اجتناب کیا جائے۔

☆ محض اپنے چہرے کے تاثرات سے جزوی بینا بچوں کو مخاطب کرنے کی کوشش نہ کریں بلکہ آپ کو ان کی سمعی اور چھونے کی صلاحیت کو بھی کام میں لانا ہو گا۔

☆ کمرے میں بہت زیادہ سامان نہ ہو تا کہ جزوی بینا یا نابینا بچوں کا چلنا پھرنا آسان ہو۔

☆ ایسے بچوں کو اپنا کام خود کرنے کی ترغیب دیں اور ضروری مدد سے ان کو بغیر کسی مدد کے اپنے روزمرہ کے کام کرنا سکھائیں۔ ان کا حوصلہ بڑھانے کے لئے کرواتے وقت بھی اور کرنے کے بعد بھی آپ کی اپنی آواز جاندار، واضح اور پرامید ہونی چاہیے۔

☆ ہر چیز کا تصور دیتے ہوئے بچوں کو انگلیوں اور ہاتھوں کے لمس سے خود محسوس کرنے دیں تا کہ ہر چیز کے تمام حصوں کو وہ سمجھ سکے۔ مثلاً نابینا بچے کو جب گلاس پہچاننا سکھایا جائے تو اس کے کھلے ہوئے منہ، لمبائی اور گولائی، اس کے پیندے کو بچے کو اچھی طرح انگلیوں اور ہاتھوں سے چھو کر